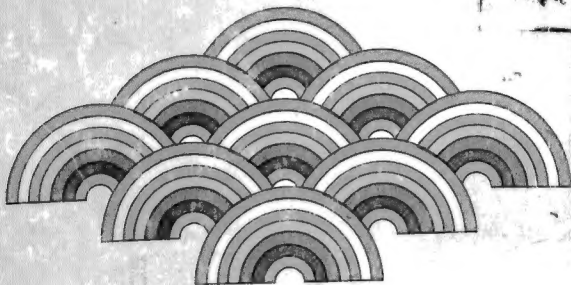


التشخيص من أجل الصحة

مكتبة / محمد الجور
وكسلة والكتب والدعوة العربية
صدر سنة ١٩٨٩ - جمهورية الكويت



دليل التشخيص الصحي
في مجال الرعاية الصحية الأولية



مُنظمة الصحة العالمية

١٩٨٩

مكتبة / محمد الجور
وكسلة والكتب والدعوة العربية
صدر سنة ١٩٨٩ - جمهورية الكويت

اهداءات ١٩٩٦

د/ محمد محمد الجواحي

مدرس القلب بطب الزقازيق

التثقيف من أجل الصحة

دليل التثقيف الصحي
في مجال الرعاية الصحية الأولية

Education for health

A manual on health education in primary
health care

صدرت الطبعة العربية عن
المكتب الإقليمي لشرق البحر
المتوسط، الإسكندرية، ١٩٨٩



صدرت الطبعة الأصلية عن
المقر الرئيسي لمنظمة الصحة
العالمية، جنيف، ١٩٨٨

منظمة الصحة العالمية ، ١٩٨٩

تتمتع منشورات منظمة الصحة العالمية بحقوق الطبع المتخصص عليها في البروتوكول رقم ٢ من الاتفاق العالمي لحقوق الطبع . ولإعادة طبع أو ترجمة منشورات المكتب الإقليمي لشرق البحر المتوسط ، جزئياً أو كلياً ، ينبغي التقدم بطلب إلى المكتب الإقليمي ، الاسكندرية ، مصر ، وهو يرحب بمثل هذه الطلبات .

إن التسميات المستخدمة والبيانات الواردة في هذا الكتاب لا تعبر إطلاقاً عن رأي الأمانة العامة لمنظمة الصحة العالمية فيما يتعلق بالوضع القانوني لأي بلد أو إقليم أو مدينة أو منطقة ، أو سلطانها ، أو بشأن تحديد حدودها أو نفوذها .

كما أن ذكر شركات أو منتجات تجارية معينة لا يعني أنها معتمدة أو موصى بها من قبل منظمة الصحة العالمية ، تفضيلاً لها على سواها مما يمثّلها ولم يرد ذكره . وفيما عدا الخطأ والسهو تميز أسماء المنتجات المسجلة الملكية بوضع خط تحتها .

طبع في مصر

المحتوى

ز	شكر وتقدير
ط	رسالة من المدير العام لمنظمة الصحة العالمية
ك	مقدمة
س	مفهوم الرعاية الصحية الأولية

الفصل الأول السلوك الصحي والتكيف الصحي

٢	الصحة والمرض والسلوك
٧	فهم السلوك
١٨	تغيرات السلوك
٢٠	مساعدة الناس على تحسين سلوكهم
٢٤	دور التكيف الصحي
٢٨	من هو المتكيف الصحي

الفصل الثاني العمل مع الناس

٣٠	إقامة علاقات طيبة
٣٣	التواصل بوضوح
٣٥	التشجيع على المشاركة
٤٠	تجنب المحاباة والتحيز

الفصل الثالث التخطيط للتكيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية

٤٤	جمع المعلومات
٥٩	فهم المشكلات

٦٤	اتخاذ القرارات بشأن الأولويات والأهداف والإجراءات
٧٢	التعرف على الموارد والحصول عليها
٨٠	الحث على العمل والمتابعة
٨٢	انتقاء الطرائق المناسبة
٩٠	تقييم النتائج
٩٣	مراجعة عملية التخطيط

الفصل الرابع

التثقيف الصحي للأفراد

١٠١	الغرض من التشاور
١٠٢	قواعد التشاور
١٠٤	أنماط التشاور المختلفة
١١٠	تيسير اتخاذ القرار وإعماله
١١٤	نموذج جلسة التشاور
١١٩	المزيد من التمرين على عملية التشاور

الفصل الخامس

التثقيف الصحي للجماعات

١٢٢	ما هي الجماعة ؟
١٢٣	الجماعات الرسمية والتجمعات غير الرسمية
١٢٥	السلوك داخل الجماعات الرسمية
١٢٨	أهمية تثقيف الجماعات
١٢٩	تثقيف الجماعات غير الرسمية
١٤١	تثقيف الجماعات الرسمية
١٤٥	جماعات المناقشة
١٤٩	جماعات العون الذاتي
١٥٢	الفصل (الصف) المدرسي
١٥٨	التثقيف الصحي في موقع العمل

١٦٤	العروض الإيضاحية
١٦٨	دراسات الحالات
١٧٣	تمثيل الأدوار
١٨٠	حلقة تدريب جماعي
١٨٣	الفريق الصحي
١٨٦	الاجتماعات

الفصل السادس

التثقيف الصحي للمجتمعات

١٩٦	ما هو المجتمع
١٩٨	متى تدعو الحاجة إلى تثقيف المجتمع صحياً ؟
١٩٩	إشراك أصحاب الرأي في المجتمع
٢٠١	دور الهيئات المحلية
٢٠٥	اللجنة الصحية للمجتمع
٢١٠	المجالس الاستشارية والتخطيطية
٢١٢	جماعات التنسيق بين القطاعات
٢١٣	تنظيم حملة صحية
٢١٦	المناسبات الخاصة للمجتمع
٢١٨	استثمار موارد المجتمع اللازمة للمشروع
٢٢٠	تنمية روح المشاركة عند الناس
٢٢٢	دور عامل صحة المجتمع

الفصل السابع

توصيل الرسالة الصحية : الطرق والوسائل

٢٢٦	توصيل الرسالة الصحية
٢٢٦	طبيعة التواصل ودوره
٢٢٦	بعض مقتضيات التواصل الفعال
٢٣٠	استخدام وسائل الإعلام

٢٣١	العمل مع وسائل الإعلام على مستوى المجتمع
٢٣٢	الطرق والوسائل
٢٣٢	الأحداث الصحية
٢٣٦	الأمثال
٢٣٨	الأساطير
٢٤١	القصص
٢٤٤	دراسات الحالات
٢٤٤	العروض الإيضاحية
٢٤٤	الملصقات
٢٥٠	المعارض
٢٥٤	اللوحات القلابة
٢٥٨	اللوحات الويرية
٢٦٢	الصور الفوتوغرافية
٢٦٤	المواد المعروضة بأجهزة العرض
٢٦٧	الشرائط المسجلة
٢٧٠	الأفلام أو السينما
٢٧٢	الصحف
٢٧٦	المجلات
٢٧٦	الراديو (الإذاعة)
٢٨١	التلفزيون
٢٨١	المنشورات
٢٨٣	الوسائل المحلية أو التقليدية
٢٩٧	الملخص
٢٩٩	قائمة الإطلاع

شكر وتقدير

أعدت الطبعة الأولى لهذا الدليل بموجب عقد أئرم بين منظمة الصحة العالمية والمركز الإقليمي الإفريقي للتتقيف الصحي بجامعة إيبادان في نيجيريا . وقد قام ثلاثة من أعضاء هيئة التدريس هم الدكتور ج. د. أدنبي والسيد و. ر. برينجر والسيد ب. ا. باسي بكتابة النص الأصلي تحت اشراف رئيس القسم الأستاذ أ. ب. و. أويديران . وصمّم الرسوم التخطيطية س. إياي أوجيديران . وتمّ اختبار الوثيقة بصفة مبدئية من قبل الزائرات الصحيات والمشرفات الحفليات وممرضات المجتمع في مركز إينجو - اورا الصحي الريفي التابع لمشروع ايارابا بجامعة إيبادان .

وقد وزعت منظمة الصحة العالمية مايربو على مئة نسخة من المسودة الأصلية في جميع أنحاء العالم وطلبت التعليق عليها في عام ١٩٨٠ . وبعد ورود التعليقات المنشودة تولى الكاتب و. ر. برينجر والمحرر ا. كابلان والرسام ج. أوبرسون إعداد طبعة منقّحة من الدليل . وقامت منظمة الصحة العالمية بطبعه وتوزيع ٧٠٠٠ نسخة منه في عام ١٩٨٤ .

ثم تولى و. ر. برينجر مع ه. د. أوجدن إجراء التعديلات النهائية للنص بناء على التغذية الراجعة من الطبعة المبدئية .

هذا وقد شارك مركز جون ج. سباركان للتتقيف الدولي في حقّل الصحة العامة ببرمنجهام ، ألاباما ، في الولايات المتحدة الأمريكية في نشر هذا الدليل بمقتضى إتفاق التعاون المعقود بين المركز وبين منظمة الصحة العالمية .

رسالة من المدير العام لمنظمة الصحة العالمية^(١)

لن نتحسن الصحة على الصعيد العالمي ما لم يشارك الناس أنفسهم في وضع وتنفيذ الخطط اللازمة للحفاظ على صحتهم ورعايتهم ، وما لم يكن لهم رأي في كل ذلك . ولكن المشاركة لا تأتي من فراغ .

فإلى أي مدى نحن جادون في إشراك الأفراد والعائلات والمجتمعات في رعاية صحتهم ؟ وهل نحن مستعدون ذهنياً ومهنيّاً لأن نصغي إلى إهتماماتهم وأن نتعرف على الأمور التي يشعرون بأهميتها ، وأن نقاسمهم المعلومات المفيدة وأن نشجعهم وندعمهم ؟ وهل نحن على استعداد لإسداء العون إليهم في انتقاء الحلول البديلة ، وفي تحديد أهدافهم وتقييم جهودهم ؟

ما زالت الإجابة عن هذه الأسئلة بالنفي حتى وقتنا الحاضر . وفي مقدورنا أن نمضي قدماً من دون توقف في وضع الخطط : بيد أنه لن يتحقق أي شيء ما لم يدرك جميع العاملين الصحيين وجميع المشرفين الصحيين وكبار العاملين في القطاعات الأخرى حقيقة ما ينطوي عليه الأمر .

ولنخطي هذه العوائق بأطرح متطلبات ثلاثة :

المتطلب الأول هو أنه ينبغي للعاملين الصحيين أن يدركوا تمام الإدراك أن مفهوم الرعاية الصحية الأولية ينطوي على أدوار جديدة ، وأن عليهم أن ينظروا إلى الأمور بمنظار جديد . فعلياً أن لا نهتم بالوقاية من الأمراض ومكافحتها وحسب بل أن نهتم كذلك بتحسين الصحة ورعايتها . بل علينا فوق كل ذلك أن نهتم بالتنمية عموماً وبالناس كافة . ولا بد لنا أن نبني التكنولوجيات الصحية على أساس ما يريده الناس ويحتاجونه . وبمعنى آخر يتعين على العاملين الصحيين أن يتعلموا أولاً وقبل كل شيء كيف يقومون بتسهيل أعمال الأفراد والعائلات والمجتمعات . ولا بد لنا أن نكف عن محاولة صياغة النظم والبرامج للمجتمعات من دون أن نحس إحساساً حقيقياً وعميقاً

(١) نشرت هذه الرسالة لأول مرة في الطبعة الافتتاحية للرسالة الإخبارية الممنونة « التنقيف من أجل الصحة » التي تصدرها منظمة الصحة العالمية بالتعاون مع مركز جون ج. سباركان للتنقيف الدولي في حفل الصحة العامة ، بمرنجهام ، ألاباما ، الولايات المتحدة الأمريكية .

بالجوانب الإجتماعية للمشاكل الصحية أو العقبات الاقتصادية ، ناهيك عن التنافر الثقافي الذي غالباً ما يكون عقبة كأداء في سبيل تنفيذ تلك البرامج .

والمطلب الثاني هو أنه ينبغي للعاملين الصحيين أن يتقبلوا أدوارهم الجديدة . بل عليهم أيضاً أن يحرصوا على « تجربة تلك الأدوار » وتكييفها وتوسيع نطاقها وأن يجددوا في أسلوب المشاركة . ولا بد أن ينصب اهتمامهم على إيجاد الوسائل اللازمة لمساعدة الأفراد والمجتمعات على تنمية الاعتماد على الذات . وينبغي أن يكون واضحاً أن الدعوة للاعتماد على الذات في الأمور الصحية لا تعني التخلي عن مسؤولياتنا وإلقاءها على عاتق الآخرين . فلكل فرد من عامة الناس والمهنيين كيانه الأساسي ، ولا يمكن أن يحل أحدهم محل الآخر بل لابد أن يعمل الجميع معاً .

وهذا يقودني إلى ثالث المتطلبات : فلا بد أن يكتسب العاملون الصحيون المهارات الضرورية للاضطلاع بهذه الأدوار الجديدة بكفاءة وللاتفاف على خير وجه من المعرفة المتاحة . ويستدعي ذلك إيجاد العدد الكافي من المديرين الملمين إلماماً تاماً بالتحديات المتراكمة ، والحرص على إنشاء ذلك النوع الجيد من الإعداد المهني المطلوب . كما يستدعي ذلك أيضاً أن يحظى هذا التدريب بالمساندة الكاملة من قبل المديرين الصحيين .

الدكتور هافدن ماهر

المدير العام

لمنظمة الصحة العالمية

مقدمة

إن الهدف الذي تعهدت منظمة الصحة العالمية وجميع أعضائها من الدول بتحقيقه هو توفير « الصحة للجميع بحلول سنة ألفين ». ولا يمكن بلوغ هذا الهدف الحفاظ إلا إذا عمل العاملون الصحيون والناس أنفسهم مع بعضهم البعض على نحو فعال .

ولقد حُدِدت الرعاية الصحية الأولية على أنها وسيلة بلوغ هذا الهدف . فالرعاية الصحية الأولية تسعى إلى الوفاء بالاحتياجات الصحية الأساسية لأكثر عدد ممكن من الناس ، بأقل تكلفة ممكنة . وهي تشمل أعمال المراكز الصحية والعيادات والمستوصفات وعيادات الأطباء في المجتمعات المحلية وفي الأحياء . ومن ناحية أخرى فإنها تتضمن أيضاً ما يستطيع الأفراد والعائلات عمله لأنفسهم .

وهذا هو السياق الذي يحتل فيه التثقيف والتواصل من أجل الصحة مركزاً خاصاً من الأهمية ، لأن الحقيقة هي أن الأفراد والعائلات - لا الأطباء والعاملين الصحيين الآخرين - هم الذين يتخذون معظم القرارات الهامة التي تؤثر في صحتهم . فالأمهات تقرر ما تقدمه من غذاء لعائلاتهن ، وطريقة إعداده . والعائلات تقرر متى تلجأ إلى طبيب أو عيادة وإلى أين تذهب ، وما إذا كانت تتبع ، أو لا تتبع ، التعليمات التي تلقاها من عامل صحي .

وإذا كان لهذه الملايين من القرارات اليومية أن تُتخذ بحكمة ، فيلزم أن يزود الناس بالمعرفة والمهارات الضرورية لممارسة المسؤولية الفردية والمجتمعية . وعلى ذلك . فإن الرعاية الصحية الأولية تهتم اهتماماً عظيماً بتعزيز الصحة والتثقيف الصحي .

ولتحقيق المشاركة الفعالة من جانب المجتمع المحلي والأفراد ، يلزم عمل شيئين :

- فيلزم الحكومات أن تسهل المزيد من مشاركة المجتمع المحلي في اتخاذ القرارات .
- ويحتاج الناس إلى العلم بإمكاناتهم لتحسين صحتهم بمجهودهم الشخصية .

والأمر الأول - القرار الحكومي - قضية سياسية في بادئ الأمر ، ولكن ما أن تقرر الحكومة التعهد بإشراك المجتمع المحلي في مسؤوليات الصحة والتنمية ، حتى تصبح المسألة قضية تواصل . « فالجميع » في « الصحة للجميع » يعني « كل شخص » . ففي كل بلد تقريباً ، توجد وسائل إعلام ، يمكنها أن تطلع كل الناس بأن السياسة

الوطنية تعطيلهم الحق كل الحق في الإسهام في ضمان صحتهم ، وأن ذلك في ذات الوقت واجبه . ويجب أن يعلم الناس أن حكومتهم تطلب مساعدتهم في النهوض بالصحة .

والأمر الثاني قضية تثقيفية أساساً . فالناس يحتاجون إلى معرفة كيف ينفذون هذا التفويض لمفهوم الشخصية . وهذا يتضمن اتخاذ أنماط معينة من السلوك وأساليب الحياة المفيدة لصحة الأفراد والعائلات والأحياء والمجتمعات المحلية . كما ينطوي على المساعدة التثقيفية في إيجاد سبل أكثر فاعلية لتنظيم التدابير المناسبة على المستوى المحلي للتعرف على المشاكل الصحية المحلية ومعالجتها .

وكما اقترح من قبل ، يجب أن تكون الأهداف الرئيسية للتثقيف من أجل الصحة هي تمكين الناس من :

- تحديد مشاكلهم واحتياجاتهم ،
- وإدراك ما يستطيعون عمله حيال هذه المشاكل بمواردهم الخاصة مقترنة بدعم خارجي ،
- تقرير أنسب إجراء لتعزيز المعيشة الصحية ورفاهية المجتمع المحلي .

استخدام هذا الدليل

إن التثقيف الصحي أساسي للرعاية الصحية الأولية ، التي هي بالتالي الوسيلة الأساسية لتحقيق « الصحة للجميع » . وعلى ذلك فالتثقيف الصحي واجب حيوي من واجبات عمال صحة المجتمع وغيرهم من العاملين المجتمعيين الذين يشاركون في الرعاية الصحية الأولية .

وهذا الكتاب موجه أساساً لأمثال هؤلاء العاملين في كل المجتمعات الحضرية والريفية . وهو يقدم من الإرشادات والأفكار ما يستطيع موظفو الصحة العمومية وممرضات المجتمع المحلي وعمال الإرشاد الزراعي وغيرهم من القائمين بالتثقيف من أجل الصحة ، مواهبته للاستخدام في مجتمعاتهم .

وهو معدّ أيضاً ليساعدهم على تطوير البرامج التدريبية والدعم التقني لعمال صحة المجتمع . وبهذه الطريقة يمكن نقل المهارات والتقنيات المناسبة إلى الرجال والنساء الذين يمكنهم استخدامها في جهودهم على صعيد المجتمع المحلي .

وختاماً ، إن المأمول أن يوضح هذا الدليل الرابطة بين جهود التثقيف الصحي والتواصل على جميع المستويات من المستوى الوطني إلى المستوى المحلي . ويمكن للتعبيرات الوطنية عن التعمد بتوفير الصحة للجميع أن تساعد في توطيد مناخ يحث الناس في أحياء الحضر وفي القرى الريفية على العمل معاً من أجل الصحة . ويمكن للعامل الصحي أن يستفيد من هذه الروح للارتقاء بمشروعات محددة .

إن هذا الدليل معد بصفة خاصة لمساعدة القارئ على :

- إدماج طرائق التعلم الفعال وأساليبه في خدمات تخطيط الرعاية الصحية الأولية وتوصيلها إلى الناس وتقييمها .
- تصميم الأنشطة الصحية وتنفيذها وتقييمها بمشاركة الجماعات والأفراد واستخدام طرائق تتناسب مع الثقافة المحلية وترتكز على الموارد المتاحة .
- نقل مهارات التثقيف وإعداد البرامج إلى عمال صحة المجتمع وإلى المجتمع ككل .
- تعزيز التأثير الفعال بين التثقيف الفردي من شخص إلى شخص على مستوى المجتمع المحلي وبين التواصل مع جمهور أكبر من خلال وسائل إعلامية ذات طبيعة محلية أو اقليمية أو وطنية .

والتركيز في التثقيف الصحي ينصب على أساليب الحياة والسلوك . وسوف نجد في هذا الدليل أن :

- الفصل الأول يتناول العلاقة بين الصحة وسلوك الأفراد والجماعات والمجتمعات المحلية . وهو يبين أهمية فهم الأسباب العديدة لسلوك الناس .
- والفصل الثاني يتناول التثقيف الصحي بوصفه « عمل مع الناس » بإقامة علاقات طيبة واجتناب التحيز ومعرفة كيف يتم التواصل بوضوح ، وكيف يميز الأسلوب القائم على المشاركة لتحقيق أهدافهم .
- والفصل الثالث يستعرض المهارات اللازمة لتخطيط العمل المتعلق بالصحة . وتتضمن هذه المهارات جميع المعلومات ، وتقرير الأولويات ، ووضع الأهداف ، واتخاذ الإجراءات وتقييم النتائج .
- والفصل الرابع يتناول التثقيف الصحي بوصفه عملية تقديم النصيحة للأفراد والعائلات .

- والفصل الخامس يتناول طرائق التثقيف الصحي للمجموعات ، ومنها جماعات المجتمع المحلي الرسمية وغير الرسمية ، وتلاميذ المدارس ، والعاملين معاً في نفس المكان ، وفرق الرعاية الصحية ذاتها . وتشمل الطرائق أيضاً طرائق تدريب المجموعات .
- والفصل السادس يناقش أساليب وتقنيات العمل مع المجتمع المحلي ككل .
- وأخيراً يصف الفصل السابع الطرائق المختلفة للتثقيف الصحي التي يمكن أن تستخدم في تعزيز اتخاذ القرار الحكيم وتحسين السلوك الصحي . وهو يعالج طرائق التواصل الفردي بين شخص وآخر ، واستخدام وسائل الإعلام ، والجمع الفعال بين هذين الأسلوبين .

مفهوم الرعاية الصحية الأولية

تنطوي فلسفة الرعاية الصحية الأولية على بعض القيم الأساسية الشاملة لعملية التنمية برمتها ، ولكن مع التركيز على تطبيقها في الحقل الصحي ، على النحو التالي :

- الصحة ترتبط ارتباطاً أساسياً بمدى توافر الموارد وتوزيعها - ولا نعني بذلك الموارد الصحية كالأطباء والمرضات والعيادات والأدوية فحسب بل أيضاً الموارد الاجتماعية والاقتصادية مثل التعليم والتزويد بالمياه والطعام .
- ومن ثمّ تُعنى الرعاية الصحية الأولية بضمان توزيع الموارد الصحية والاجتماعية توزيعاً عادلاً ، مع الأخذ في الاعتبار أولئك الذين هم في أمسّ الحاجة لهذه الرعاية .
- الصحة جزء لا يتجزأ من التنمية الشاملة . ومن ثمّ فإن العوامل المؤثرة في الصحة هي عوامل إجتماعية وثقافية واقتصادية وكذلك بيولوجية وبيئية .
- إن تحقيق صحة أفضل يتطلب المزيد من المشاركة من قبل الناس أنفسهم سواء كانوا أفراداً أو عائلات أو مجتمعات ، في القيام بأعمال من جانبهم عن طريق اتباع السلوك الصحي وصيانة البيئة الصحية .

الرعاية الصحية الأولية هي المستوى الأول لامتصال الأفراد والأسرة والمجتمع بالنظام الصحي الوطني ، وهي تقرب الرعاية الصحية بقدر الإمكان إلى حيث يمشي الناس ويعملون ، وتشكّل العنصر الأول في عملية متصلة من الرعاية الصحية .

والرعاية الصحية الأولية هي المدخل إلى بلوغ جميع شعوب العالم بحلول سنة ألفين مستوى من الصحة يمكنها من أن تحيا حياة منتجة اجتماعياً واقتصادياً .

إعلان آلا تا ١٩٧٨

السلوك الصحي والتكيف الصحي

علينا أن نفكر في أمور عديدة عندما نريد مساعدة الأفراد والعائلات والمجتمعات على
الوقاية من المرض وتحسين الصحة .

إن نشر الدعوة إلى ما ينبغي أن يفعله الناس ليكونوا أصحاء أمر ضروري . ولكنه
ليس بكاف . فعلينا أن نفهم أنه في كثير من الأوضاع لا يكون الفرد هو وحده الذي
يحتاج إلى تغيير . فهناك أمور أخرى تؤثر في سلوك الناس ، فالمكان الذي يعيشون فيه ،
والناس الآخرون المحيطون بهم والعمل الذي يؤدونه ، وما إذا كانوا قادرين على كسب
ما يكفيهم من المال - كل هذه أمور بالغة الأثر ولا بد أن نأخذها بعين الاعتبار .

وعلى ذلك فإن واجبنا بالدرجة الأولى هو الإنصات والعلم والفهم .

وفي هذا الفصل سوف نتعرف على ما يلي :

● العوامل المؤثرة في الصحة والمرض بما فيها تصرفات الناس أنفسهم (الصفحات ٣-٧) .

● ما يدفع الناس إلى اتخاذ السلوك الذي يتخلون به (الصفحات ٧-١٧) .

● التغيرات التي تطرأ على السلوك إما بطريقة طبيعية وإما عن طريق إجراء مقصود
(الصفحات ١٨-٢٠) .

● أساليب مساعدة الناس على تحسين سلوكهم (الصفحات ٢٠-٢٤) .

ثم نناقش بعد ذلك :

● ما نعنيه حقاً بالتكيف الصحي (الصفحات ٢٤-٢٧) .

● من هو المتكفّل الصحي (الصفحتان ٢٨-٢٩) .

الصحة والمرض والسلوك

إن إحدى الخلفيات الهامة للعمل الصحي هي معرفة ما يجعل الناس أصحاء ويصون صحتهم ولماذا يمرضون^(١) .

الأخطار المحيطة بالصحة

يُعلِّمنا التدريب الأساسي في مجال الصحة أن هناك كثيراً من الأشياء التي تهدد الصحة ، ومن أمثلتها تلك المدرجة في القائمة التالية ، ولعلك تستطيع أن تفكر في المزيد منها :

الأشياء الحيّة

الكائنات الحيّة الدقيقة مثل الجراثيم والفيروسات والفطريات والديدان والأمبيات التي قد تغزو الجسم عن طريق القمّاس (الملامسة) أو البلع أو التنفس أو عن طريق العض والخدش من قبل الحشرات وغيرها من الكائنات الحيّة وتسبب المرض .

إن عضات ولسعات بعض الحيوانات ، مثل العقارب وبعض الثعابين والنحل وقناديل البحر والعناكب ، خطيرة على الصحة .

قد يسبب أكل أو ملامسة بعض النباتات تسمماً أو طفحاً .

المواد غير الحيّة

إن ملامسة أو بلع أو استنشاق بعض المواد مثل الكيروسين ومبيدات الحشرات والغازات والمخسبات والرصاص والأمحاض قد تسمم الجسم أو تضر به .

إن الكحول والسجائر والمخدرات والعقاقير التي تؤخذ لأسباب غير طبية مثل المارجوانا بل حتى بعض الأدوية (مالم تتعاط بطريقة صحيحة) تسبب أمراضاً بدنية أو نفسية .

أحداث الطبيعة

تسبب الفيضانات والزلازل والعواصف وغيرها من الأحداث إصابات ووفيات .

(١) انظر أيضاً « عامل صحة المجتمع » ، منظمة الصحة العالمية ، الإسكندرية ، ١٩٨٩ .

وأثناء عملية تقدم العمر الطبيعية يضعف الجسم البشري ويزيد احتمال تعرضه للمرض .

العوامل البيئية التي يحدتها الإنسان

إن موائد الطاهر غير المحمية والبيوت المزدحمة والبوابع المفتوحة والقوارير المكسورة وأنصال السكاكين العارية والطرق والمباني رديئة البناء يمكن أن تُقضي إلى الحوادث .
إن العمل المضني للتهلك وظروف العائلة والمجتمع قد تسبب أمراضاً بدنية أو نفسية .

الوراثة

يمكن أن تورث بعض الأمراض ، مثل فقر الدم المنجل والداء السكري وبعض أشكال التخلف العقلي . فتنتقل خصائص المرض من الأم أو الأب أو من كلا الوالدين إلى الطفل .

إن العوامل آتفة الذكر تستطيع أن تسبب أمراضاً أو إصابات إلا أنها لا تكفي وحدها لإحداث ذلك . فعندما توجد النار المكشوفة والجراثيم والكروسين وغيرها من الأشياء الخطرة في البيئة لا يتعرض الناس بالضرورة للإصابة ولا يصابون بالضرورة بالمرض . ولو عرف الناس كيف يتعاملون مع هذه الأشياء الخطرة لاستطاعوا أن يتحاشوا كثيراً من المتاعب .

السلوك الصحي وغير الصحي

- يقتى الناس أصحاء أو يمرضون نتيجة لتصرفهم أو سلوكهم في أكثر الأحيان .
ونورد هنا بعض الأمثلة التي تبين كيف يمكن لتصرفات الناس أن تحفظ عليهم صحتهم :
- إن غسل الأيدي والأطباق بالماء النقي والصابون يقضي على بعض الجراثيم المسببة للمرض .
 - إن استعمال الكلة (التاموسية) ورش المبيدات الحشرية يساعد على إبعاد البعوض الحامل للمرض .

- إن إبقاء قوارير الكيروسين بعيداً عن متناول صغار الأطفال يجنبهم خطر الشرب منها وتسميم أنفسهم .
 - إن حماية مواقد الطهو بعناية من عبث الأطفال تقلل من نسبة التعرض لخطر الحروق .
- وفي نطاق التطعيم الصحي من المهم جداً التعرف على أنواع السلوك التي تسبب مشكلة صحية أو تعالجها أو تقي منها . ولننظر إلى مشكلة صحية شائعة لنترى أنواع السلوك التي تنطوي عليها .
- إن الإسهال عَرَضٌ مشتركٌ لأمراض عدة غالباً ما تنجم عن سوء الإصحاح . فالإسهال مشكلة خطيرة لاسيما في صغار الأطفال .
- وفيما يلي بعض الممارسات التي قد تسبب الإسهال :
- إرضاع الأطفال بالرضاعات ؛ إذ أن من الصعب في الغالب المحافظة على نظافتها .
 - شرب المياه من الأنهار أو الترعة أو البرك من دون تنقيتها .
 - عدم غسل الأيدي قبل الأكل .



إن تجميع المياه من هذه البركة وشرها يساعد على انتشار الأمراض .

- عدم غسل الأطباق والأكواب والملاعق أو الاكتفاء بمجرد شطفها بالماء .
 - التعوط في الحلاء فالبراز الملوث بالجراثيم يلوث الأشياء التي يلتقطها صغار الأطفال ويضعونها في أفواههم .
 - ترك القمامة على أرض مكشوفة مما يمكن الذباب من التكاثر عليها .
 - ترك الغذاء بدون غطاء ، بحيث يمكن للذباب تلويثه .
 - أكل الخضراوات نيئة دون غسلها .
 - عدم إتمام طهو الطعام مما لا يسمح بقتل كل الجراثيم .
 - استخدام بقايا الغذاء التي لم تسخن تسخيناً تاماً مرة أخرى ، أو التي تكون قد فسدت .
- وفيما يلي أنواع من الإجراءات تساعد على مكافحة الإسهال في طفل مريض :
- إعطاء الطفل الكثير من السوائل مثل عصير الفواكه والمياه النقية .
 - استمرار إرضاع الأطفال الذين لم يقطعوا تماماً من الثدي ، فذلك أفضل من التحول إلى الرضاعة .



إن الإرضاع من الثدي يحسن صحة الأطفال

- إعطاء الطفل بالفم محلول تعويض السوائل المصنوع من الماء النقي والملح والسكر (تحقق من الصيغة الموافق على استخدامها في بلدك بالاستعلام من العيادة المحلية) .
- الاستمرار في إعطاء الطفل أطعمة مغذية من أنواع لا ترعج معدته (فتنجب الأغذية الحريفة مثلاً) .
- اللجوء إلى العامل الصحي في اليوم التالي إذا لم يتوقف الإسهال بالعلاج البسيط السالف ذكره .
- لإرضاع كل الأطفال من الثدي .
- ترشيح مياه الشرب المأخوذة من الترغ أو غليها .
- أخذ مياه الشرب من آبار صحية أو من ينابيع محمية .
- غسل الأيدي بالماء والصابون قبل الأكل وبعده .
- غسل الأطباق والأكواب والملاعق بالماء النظيف بالصابون .
- التغوط في المراحيض والمداومة على غسل الأيدي بالماء والصابون بعد ذلك .
- تغطية الطعام لحمايته من الأتربة والحشرات والحيوانات الأخرى .
- وضع الفضلات في صندوق القمامة أو في حفرة مغطاة بالتراب أو حرقها .



إن شرب المياه المستقاة من ينبوع محمي يحفظ الصحة ويحسبها . كما أن من الضروري تعبئة المياه في دلو نظيف وتخزينها في وعاء نظيف .

- غسل جميع المواد الغذائية .
 - غسل الأيدي بالصابون والماء قبل إعداد الغذاء .
 - طهو الخضراوات في ماء يغلي .
- هل يمكنك أن تفكر في عادات أو أنماط أخرى من السلوك تسبب الإسهال أو تكافحه أو تقي منه ؟

فكّر في مشاكل صحية أخرى . أي نمط من السلوك يمكن أن يتسبب في دخول شظايا في قدمك ؟ وأي نمط سلوكي يمكن أن يقي من ذلك ؟ ، وأي نمط سلوكي يساعد على انتشار الجرب ؟ وأي سلوك يقي منه ؟ إبحث عن مشاكل صحية شائعة أخرى في منطقتك ، وأذكر أنماط السلوك التي تسببها وتعالجها وتقي منها .

فهم السلوك

هناك أسباب كثيرة تجعل الناس يتصرفون على النحو الذي يتخذونه . وإذا أردنا استخدام التقيف الصحي للتشجيع على إتباع أساليب المعيشة الصحية علينا أن نعرف الأسباب التي تجعل الناس على اتباع السلوك الذي يسبب المرض أو يقي منه . ومن شأن هذه المعرفة أن تساعدنا في انتقاء الطرائق التعليمية الصحيحة لمعالجة المشكلة الصحية القائمة . ونورد فيما يلي أربعة أسباب أساسية لسلوك الناس .

الأفكار والمشاعر

لدينا الكثير من الأفكار والمشاعر عن العالم الذي نعيش فيه . وتشكل معارفنا ومعتقداتنا ومواقفنا وقيمنا هذه الأفكار والمشاعر ، وهي تساعدنا بالتالي على تحديد الطريقة التي نتصرف بها .

المعرفة

تتبع المعرفة knowledge من خبرتنا كما أننا نكتسب المعرفة أيضاً عن طريق المعلومات التي يزودنا بها المدرسون والوالدون والأصدقاء والكتب . ويمكننا عادة التحقق من مدى صحة معارفنا . فإذا لم نستطع أن نتحقق مباشرة بأنفسنا فإننا نعرف أناساً يستطيعون ذلك . فالطفل الذي يضع يده في نار الطهو يكتسب معرفة عن الحرارة

والألم . وهذه المعرفة تمنعه من وضع يده في النار مرة أخرى . وربما يرى الطفل دجاجة تعبر الطريق فتصدها سيارة . ومن هذه الخبرة يعرف الطفل أن الطريق يمكن أن يكون خطراً ، وقد يزداد حرصه عند عبوره الطريق بنفسه .

المعتقدات

نستمد المعتقدات beliefs عادة من آباءنا وأجدادنا وغيرهم من الناس الذين نحترمهم ونبجلهم . ونحن نقبل المعتقدات من دون محاولة إثبات صحتها . ففي كثير من البلدان ، على سبيل المثال ، توجد معتقدات عن الأطعمة التي ينبغي أن تأكلها المرأة الحامل أو تلك التي ينبغي لها أن تمتنع عن أكلها . فالتناس يعتقدون في أحد البلدان أنه ينبغي للمرأة الحامل أن تتجنب أكل بعض أنواع اللحوم وإلا كان سلوك الطفل المولود أشبه بسلوك الحيوان الذي أكلت من لحمه . وهذه المعتقدات تصرف النساء عن تناول أطعمة معينة . ففكر في أمثلة أخرى .

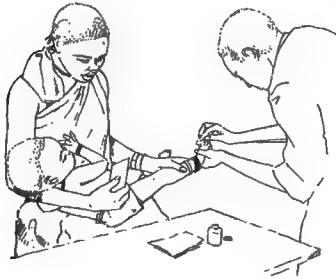
ولكل بلد ومجتمع علي معتقداته الخاصة به . ففي أحد البلدان يعتقد الناس أن المرأة الحامل إذا أكلت بيضاً جاءت ولادتها عسرة . ولكن أهالي بلد آخر يعتقدون أنه ينبغي للمرأة الحامل أن تأكل البيض حتى يأتي طفلها قوياً وصحيحاً . والمعتقدات جزء من أسلوب حياة الناس ، وهي تبين ماهو مقبول وماهو غير مقبول . وحيث أن المعتقدات عادة ما تكون عميقة الجذور فإنه من الصعب في الغالب تغييرها . وأحياناً يعتقد العاملون الصحيون أنفسهم أن أي مُعتقد تقليدي هو معتقد سيء ولا بد من تغييره . وهذا ليس صحيحاً بالضرورة . فعلى العامل الصحي أن يتحقق أولاً مما إذا كان المعتقد ضاراً أو نافعاً أو لا نفع فيه ولا ضرر . وحينما نفهم كيف تؤثر المعتقدات في صحة الناس فيمكن حينئذ تركيز الاهتمام على محاولة تغيير المعتقدات الضارة فحسب .

فالاعتقاد بعدم جواز تناول المرأة الحامل للبيض يبدو أنه معتقد ضار لأن البيض مصدر غني بالبروتين والأم في حاجة إليه لتجنب طفلاً قوياً معاف . وقبل أن نصدر حكماً بتغيير هذا المعتقد علينا أن نتحقق مما إذا كان يسمح للأمهات المعنيات بأن يأكلن أطعمة أخرى غنية بالبروتين مثل اللحم والأسماك والبقول والحبوب السوداني . فإذا كن يحصلن على قدر وافر من البروتين من أطعمة أخرى فلا داعي للانعراج من المعتقد الخاص بعدم أكل البيض .

وفي أحد البلدان هناك إعتقاد بأن المرأة الحامل إذا سارت في الشمس الحارة في منتصف النهار فإن الأرواح الشريرة تنقص جسدها وتلحق الضرر بطفلها الذي لم يولد بعد . وربما لا يعتقد المرء في صحة هذا المعتقد . إلا أنه من المنطقي حث المرأة الحامل على أن لا تُجهد نفسها عندما تكون الشمس حامية والحو حاراً . وقد يكون هذا الخط من المعتقدات فاعلاً بالفعل .

وفي كثير من البلدان تضع الأمهات خرزاً وتعاويز على ملابس أطفالهن ، اعتقاداً منهن بأن هذا الخرز من شأنه أن يفيد الطفل . ومن المعتقد أن بعض الخرز يُسهّل عملية التسنين وأن بعضه يقي من المرض والبعض الآخر يحمي من العين الشريرة . وربما يتشكك المرء في صواب هذه المعتقدات ، وفي الوقت نفسه من الصعب أن نجد أية خطورة في الخرز . ولعل هذا المعتقد لا ضرر منه ولا نفع .

وإذا لم يكن من المؤكد أن معتقداً ما ضار ، فالأفضل تركه وشأنه . فالتناس قد يغضبون إذا ما تعرض الكثير من معتقداتهم للتحدي ، مما يحملهم على عدم التعاون مع العاملين الصحيين .



زَيْن جسم هذا الطفل بالكثير من الأساور والخرز . فالأُم تعتقد أن بعض هذه الأساور سيقي ولدها من الأمراض . بيد أن هذا المعتقد لا يمنع الأُم من إستشارة العامل الصحي عندما يمرض طفلها . ومن ثمّ فهو مُعتقد لا يضر ولا ينفع . فلا داعي إذن لتغييره .

وإذا نحن درسنا معتقدات الناس بإمعان ، فقد نكتشف من الوسائل ما يجعلها نافعة . فعلى سبيل المثال ، وجد أحد العاملين الصحيين أنه يمكن الحكم بأن الأطفال يواصلون النمو أو يعانون نقص الوزن بملاحظة الحرز الذي يلبسوه . فالحرز المحيط بذراع طفل مستمر في النمو من شأنه أن يكون محكماً على الذراع ، أما إذا كان وزن الطفل آخذاً في النقصان فمن شأن حلقة الحرز أن تكون قضاضة .

أكتب قائمة بالمعتقدات التي يؤمن بها الناس بشأن الطعام في مجتمعك . أي هذه المعتقدات ضار وأياها نافع وأياها لا يضر ولا ينفع ؟ وماهو سبب الحمى في اعتقاد الناس في قرينتك ؟ أي هذه المعتقدات ضار وأياها نافع وأياها لا يضر ولا ينفع ؟ وقد تستطيع ، في بعض الحالات ، الحكم بما إذا كان معتقد ما نافعاً أو ضاراً أو لا يضر ولا ينفع . وفي هذه الحالة يجب أن تدرس المعتقد المعني بمزيد من الإمعان حتى تتأكد من تأثيره في الصحة .

المواقف

تعكس مواقفنا attitudes في العادة ما نحبه وما نكرهه . وهي كثيراً ما تستمد من خبرتنا أو من خبرات القريين منا . وهي إما تحببنا في بعض الأشياء وإما تجعلنا نخشع منها . وإليك هذا المثال :

أصيب وليد السيدة فاطمة برد خفيف ، فذهبت به إلى المركز الصحي . وكان الموظفون القائمون بالعمل في ذلك اليوم مشغولين جداً ، فتمنوا السيدة فاطمة صالحين ، « أتريدنا أن نضيق وقتنا بسبب برد بسيط ؟ عودي إلينا عندما نكون أقل انشغالاً » .

وكانت السيدة فاطمة تكره أن يعنف بها . فجعلتها هذه التجربة تتخذ موقفاً سلبياً من موظفي الصحة ، فهي لا تحترمهم الآن ولا تحبهم . وهذا الموقف السلي يمكنه أن يمنع السيدة فاطمة من الذهاب إلى المركز الصحي عندما يمرض طفلها مرة ثانية . ومع هذا ، فإن موقفاً تجاه شيء واحد معزلة ، لا يغير ، دائماً ، الأسلوب الذي يتصرف به الشخص . فقد تعتقد السيدة فاطمة اعتقاداً راسخاً بأن الأدوية التي تعطى في المركز الصحي صالحة للعامة . ويطراً لموقفها تجاه الأدوية فإنها قد تذهب إلى المركز الصحي طلباً للمساعدة على الرغم من موقفها السلبي تجاه موظفيه .

وربما تستمد المواقف من خبرات الآخرين وتجاربهم .

ومثال ذلك أن السيدة نجوى تذكرت أن طفل جارتها قد عولج معالجة ناجحة في المركز الصحي عندما كان مريضاً . فكان من شأن الموقف الإيجابي تجاه المركز الصحي الذي اكتسبته السيدة نجوى من تجربة جارتها أن شجعها على أن تأخذ صغيرها إلى المركز الصحي عندما ألم به المرض .

ومن ناحية أخرى لا تسمح لنا الأوضاع دائماً بالتصرف حسب مواقفنا الخاصة . افترض أن السيدة نجوى تخاف من الظلام . فإذا أصاب طفلها مرض ليلاً فقد تحمله إلى جدته التي تقم بجوارها بدلاً من أن تحمله في عتمة الليل إلى المركز . ولا يعني ذلك أن موقفها من المركز الصحي قد تغير .

وقد بنى المواقف في بعض الأحيان على خبرات محدودة . وربما نتخذ مواقف من دون فهم للوضع برمته .

وكمثال على ذلك أن السيد ابراهيم اشترى كيساً من البذور من المدينة وزرعها فجنى محصولاً ردياً . وبعد مروره بتجربة هذا الكيس الوحيد كوّن موقفاً مؤداه أن الشخص الذي باعه البذور شخص سيء . وبسبب هذا الموقف قرّر السيد ابراهيم أن لا يذهب إلى حانوته أو يشتري منه مرة أخرى .

وهناك أسباب كثيرة محتملة لسوء نمو البذور . وليس من الصواب إلقاء اللوم على صاحب الحانوت دون محاولة التعمق في فهم أسباب ما حدث .

فكّر في مواقفك الخاصة . فكّر مثلاً في المواد التي تُرش لتقتل الحشرات . ولعلك رأيت كثيراً من أنواع الرشوشات المختلفة : فأنت تظن أنه جيد ؟ وأينما أفضل ؟ لماذا كوّنت هذه المواقف تجاه هذه الأنواع المختلفة ؟ وكيف تؤثر هذه المواقف في سلوكك ؟ وهل تشعري دائماً ما تشعر أنه الأفضل ؟ وإذا كنت لا تفعل ذلك أحياناً فلماذا ؟

القيم

القيم هي المعتقدات والمعايير ذات الأهمية العظمى لدينا . ويشارك أفراد المجتمع في الكثير من القيم values . فقد يريون ، مثلاً ، أن يكون مجتمعهم مستقراً وسعيداً ، وأحد السبل لتحقيق هذه القيم هو التعاون . يعني أن يعمل الناس معاً لحل المشاكل . إن ذلك يجعل الحياة أيسر . ففي المجتمع الذي يقدر الاستقرار والتمسك بأرادات إحدى العائلات أن تشيّد منزلاً جديداً مثلاً فإن الأهالي الآخرين يتعاونون ويساعدون في بناء المنزل .

وتمثل رعاية الأطفال قيمة أخرى . فالرعاية الجيدة للأطفال تعود بالفائدة على الآباء : فعندما يكبر الطفل وهو موفور الصحة سيتمكن من رعاية أبويه في

شيخوختهما . والقيمة المرتبطة بالأطفال قد تشجع الأم على البقاء في المنزل لرعاية صغيرها المريض بدلاً من الخروج لزيارة صديقاتها .

فكّر في قيمك الخاصة . ماهي الأشياء التي توليا أقصى قدر من الأهمية في حياتك ؟ وكيف تؤثر هذه القيم في سلوكك ؟ فكّر في القيم التي يؤمن بها المجتمع الذي تعمل فيه . أي تلك القيم تشاركه ؟ وهل تختلف بعض القيم التي تؤمن بها عن قيمه ؟ كيف تشجع قيم المجتمع الناس على السلوك تجاه بعضهم البعض فيما يتعلق بالصحة ؟

الناس الذين نوليهم اهتمامنا

السبب الثاني لسلوكنا هو تأثير الناس الذين نوليهم أهمية عظيمة . فعندما يكون شخص ما مهماً بالنسبة لنا ، فإننا غالباً ما نصغي إلى ما يقول ونحاول أن نفعل ما يفعله .

وبعض هؤلاء الناس الذين نوليهم أهمية هم آباؤنا وأجدادنا وأصحاب الرأي في القرى ورجال الدين والأصدقاء الحميمون والناس الذين نعمل معهم وأولئك الذين لديهم خبرات كثيرة ومهارات خاصة ، والناس الذين يحاولون مد يد العون لنا وقت الحاجة (كالمدرسين والعاملين الصحيين والاختصاصيين الإجتماعيين) .

إن للمدرسين أهمية عظيمة في نفوس تلاميذهم فإذا رأى التلاميذ أن المدرس يلتزم بقواعد النظام والنظافة في المأكّل والملبس فإنهم يقلّدونه فيما يفعل .

وكل إنسان يرغب في أن يكون له أصدقاء ، ونظراً للأهمية التي نوليا الأصدقاء ، فإننا نسلك عادة مسالكهم . فإن كان لصبي أصدقاء مقربون يدخنون السجائر فقد يكون ذلك سبباً لأن يبدأ التدخين هو الآخر .

إن العم « نوح » فلاح كبير السن عظيم التجربة . وعندما يصبح العم نوح الفلاحين بأن لا يزرعوا محاصيلهم إلا بعد رؤيتهم للهلال عقب أول سقوط للمطر ، فإنهم سيتبعون نصيحته . وإذا أسدى موظف الزراعة نصيحة خلاف ذلك ، فإن هؤلاء الفلاحين يميلون إلى احترام رأي العم نوح والحدو حنوه . وربما يهزفون عن الإصغاء إلى المرشد الشاب الذي قد يكون فضلاً عن ذلك غريباً عنهم .



الأم شخص مهم بالنسبة لطفلها . مما تقوله الأم أو تفعله يؤثر على الأرجح في سلوك الطفل .

من هم الأفراد الذين يحظون بالاحترام في عائلتك ؟ ومن هم الناس الذين يهتمون
بالأهمية والاحترام في قريتك ؟ أي أنواع السلوك يشجعها هؤلاء الناس المهمون في
عائلتك وفي مجتمعتك ؟

الموارد

السبب الثالث لسلوك الناس يعود إلى وجود موارد معينة لديهم أو انعدامها .
وتشتمل الموارد على المرافق والنقود والوقت والعمالة والخدمات والمهارات والمواد .
ومكان وجود الموارد المادية مسألة مهمة كذلك . فإذا وجدت الموارد على مسافة بعيدة
من المجتمع المحلي ، فقد لا تستخدم . وكثيراً ما يؤثر وجوب القيام بأعمال كثيرة في
وقت قصير في سلوك الناس فمثلاً :

الوقت

إن الوقت مورد قيم .

يعمل السيد « اسماعيل » خياطاً وأمامه الكثير من العمل ينبغي له القيام به لأن العطلة باتت وشيكة . فإذا لم يستطع أن يسلم المطلوب منه في الوقت المحدد غضب منه عملاؤه ، وربما انصرفوا عنه إلى خياط آخر في المرة التالية . لكن لدى اسماعيل اليوم مشكلة . فهو يعاني من صداع وزلة ، وتقترح عليه زوجته أن يذهب إلى المركز الصحي للمعالجة . فيخبرها بأن « المركز الصحي مزدحم دائماً بالمرتدين عليه ، وإن ذهبْتُ إليه سأضيق وقتاً طويلاً . لذلك سأذهب إلى الصيدلية وأشتري ما يلزمي من الدواء » .

إن عدم توافر الوقت قد أثر في سلوك السيد اسماعيل . ومع أن الخدمة الصحية مورد هام فقد تكون عديمة النفع إن كان التزامهم عليها شديداً .

النقود

النقود لازمة لبعض أنماط السلوك فمثلاً :

للسيدة حليلة أربعة أطفال . وقد مات زوجها في العام الماضي على أثر حادث ، وهي لا تمجن أية حرفة ولا تتمتع بأية مهارة خاصة (وهذا مورد هام آخر) ، فهي تختطب وتبيع الحطب لتحصل على المال لإطعام أطفالها . ويعجز العامل الصحي السيدة حليلة بأن عليها أن تقدم لأطفالها اللحم والبيض واللبن حتى يصبحوا أقوىاء . فتشكو من عدم استطاعتها توفير تلك السلع الباهظة الثمن . فباعد العامل الصحي في التفكير في الأشياء التي يمكن أن تشتريها السيدة حليلة بمواردها القليلة . وأخيراً يتفان على أنه يمكن تقديم الفول والأرز للأطفال مع إضافة القليل من الأسماك مرة أو مرتين في الأسبوع . ثم يرسل العامل الصحي السيدة حليلة إلى المسؤول عن التسمية الإحتاجية لينظر في تدريبها على مهارة تساعد على كسب مزيد من المال .

ويواصل بعض الأشخاص القيام بعمل خطر بسبب المال ، أو لأسباب ثقافية . فالرجل الذي في الصورة التوضيحية يقوم بتلقيح النخيل وجمع البلح . وهو معرض في هذا العمل للسقوط والإصابة أو المعاناة من آلام الظهر . وهو قد يواصل القيام بهذا العمل لعدة أسباب . فلعل والده كان يقوم بهذا النوع من العمل ، وأقنعه بأن يسير على نفس الدرب ، أو ربما هو مقتنع بأن هناك روحاً تحميه من الإصابة ، أو ربما يكون هذا هو العمل الوحيد الذي يجده لكسب الرزق لعائلته .



هذا الرجل يلقح النخيل ويجمع اللب .

إن شرب الماء من مجرى النهر مباشرة سلوك يسبب الكثير من الأمراض . ويثقل البئر الصحي مرفقاً يساعد على تفادي تلك الأمراض .

إن الناس في قرية يازور يرغبون في حفر بئر لحفض عدد الإصابات بالأمراض التي يعانون منها . وأول ما يحتاجون إليه هو المهارات التي تمكنهم من إيجاد مكان للبئر يتوافر فيه قدر كاف من الماء . فطلبوا من العامل الصحي أن يتصل بالوزارة أو الجهة المختصة لإرسال خبير يساعدهم على إيجاد مكان مناسب لحفر البئر . كذلك فإنهم في حاجة إلى بعض المواد مثل الأممت والمباريف التي بنورها يحتاج منهم إلى أن يوفروا لها قدرأ من المال . والناس على استعداد لأن يُسهروا بعملهم في حفر البئر . وعندما يأتي الخبير سوف يُعلمهم على أماكن عدة يمكنهم حفر البئر فيها ، وسوف يختارون المكان الأقرب إلى قريتهم لأنهم يعرفون أنه إذا كانت المسافة بينهم وبين البئر بعيدة ربما يحجم الناس عن الانتفاع بها .

هذه هي بعض الموارد التي يحتاج إليها السكان في قرية يازور لتغيير سلوكهم والانتحاء إلى شرب مياه نظية . هل يمكنك أن تفكر في موارد أخرى ؟

الثقافة

إن معظم المسائل التي قدمناها في الأجزاء السابقة تختلف من مجتمع إلى آخر . والمألوف من السلوك والمعتقدات والقيم وأساليب استخدام الموارد في أي مجتمع ، يشكل نمطاً من أنماط الحياة أو أسلوباً من أساليب المعيشة . وهذا هو ما يعرف بالثقافة culture . ولقد قامت الثقافات عبر مئات أو آلاف من السنين على يد أناس عاشوا معاً وتشاركوا نفس الخبرات في بيئة معينة . وتظل الثقافات في تغير مستمر تارة ببطء وتارة بسرعة نتيجة لأحداث طبيعية أو اجتماعية أو بسبب اتصال الناس بثقافات أخرى . والمهم هنا هو أن نذكر أن أن الثقافة أو أسلوب المعيشة يتكون من مجموعة الأشياء التي ناقشناها الآن . وبينما يشكل السلوك الطبيعي للمألوف جانباً من جوانب الثقافة ، فإن الثقافة بدورها لها تأثير عميق في السلوك .

ومن الناحية العملية يمكنك أن ترى الثقافة وتستمع إليها وتفهمها عندما تكون في المجتمع المعني ، من خلال مشاهدتك للأزياء والأطعمة الشعبية وأساليب تنظيم العمل ، أو عن طريق الاستماع إلى الأغاني والأمثال الشعبية والأساطير وحتى الأحاديث العادية .

وتختلف أنماط التحية من ثقافة إلى أخرى - فهناك العناق وهناك المصافحة باليد والقبلات وبعض الكلمات الخاصة . وهذا بعض من كثير من تلك الأنماط . وتمثل الطريقة التي يأكل بها الناس جزءاً من الثقافة : ومن هذه الطرق استعمال العيدان الخشبية أو الأصابع أو أدوات تناول الطعام المعدنية . وقد يتناول الناس الطعام في جلسات عائلية أو مجموعات تضم الأطفال فقط أو الرجال فقط ، جلوساً على كراسي أو حصائر أو مقاعد خشبية . وهناك صور عديدة لمثل هذه العادات . ولكل ثقافة أسلوبها الخاص في عمل الأشياء ، ومعتقداتها بشأن الأسباب الداعية لاتباع الأسلوب الذي يتبعونه في عمل الأشياء .

وهذا النمط للمألوف من أنماط السلوك والمعتقدات والقيم من شأنه أن يساعد الناس على فهم الحياة والارتياح إليها . فكل ثقافة تمثل طريقة أوجدها الناس للعيش معاً في مجتمعهم . وعندما يفد أناس إلى مجتمع جديد وثقافة غريبة فإنهم يشعرون بالقلق في بادئ الأمر لأنهم لا يعرفون الأفكار والسلوكيات المقبولة . وغالباً ما يتعرض العاملون الصحيون والمدرسون وغيرهم من العاملين في المجتمع إلى مثل هذا الموقف . فالتدريب الذي تلقوه جعلهم جزءاً من الثقافة « المهنية » . ولهذا الأشخاص أفكارهم وطرقهم

الخاصة في عمل الأشياء ؛ وغالباً ما تختلف هذه الطرق والأفكار اختلافاً بيناً عن طرق وأفكار المجتمع الذي يخدموه . وقبل أن يشرع هؤلاء المهنيون في عملهم ، عليهم أن يتعلموا الكثير عن أسباب سلوك الناس في المجتمع . وسوف يساعدهم ذلك على العمل بطريقة مقبولة لدى المجتمع الذي يعملون فيه .

وكا رأينا ، هناك أسباب كثيرة تحكم سلوك الناس . ومن الجائز أن نتصرف أناس مختلفون أو مجتمعات متباينة على نحو متطابق وذلك لأسباب مختلفة . كما يتبين من الأمثلة التالية :

قد تعطي ثلاث من الأمهات فاكهة لأطفالهن وعندما تسألهن عن السبب يقدمن إجابات متباينة :

السيدة نجوى تقول : « اعتقد أنه إذا أكل طفلي الفاكهة فلنهم سيكونون أصحاء . »
بينما تقول السيدة دعد : « إن حماتي تعيش معنا وهي تقول إنها كانت دائماً تعطي زوجي فاكهة عندما كان صغيراً ، ولذلك لابد أن أعطي أنا أيضاً فاكهة لأطفالي . »
أما السيدة غادة فتقول : « إنني أفضل أن اشتري فاكهة لأطفالي ، فهي أقل غشاً من الحلويات والوجبات الخفيفة التي تباع في الحوانيت . »

وقد يوجد قلق بسبب الشك في عدم سلامة المياه في مجتمعتك . وعندما تقوم بزيارة المناطق المجاورة ستجد أن ثلاثاً من هذه المناطق لديها آبار ولكن لأسباب مختلفة :

فيقول لك الناس الذين يعيشون في المنطقة الأولى : « إننا حفرنا بئراً لأننا نعلم أن مياه الآبار أنقى من مياه القرع . »

وتستمع في المنطقة الثانية إلى من يقول : « إننا رأينا أن أصحاب الرأي في المدينة لديهم آبار لذلك قررنا أن نحفر بئراً خاصة بنا . »

ويقول أهالي المنطقة الثالثة : « لقد كنا نحصل على المياه من تربة بعيدة ، وكان في ذلك مضجعة للوقت والجهد فحفرنا بئراً لتصبح حياتنا أيسر . »

بوقوفك على أسباب السلوك ، يمكنك اقتراح التغيير المناسب والحلول الملائمة للمشكلات التي لمستها . والآن انظر إلى مجتمعتك . ماهي عادات الناس في الأكل ؟ أذكر بعض الأسباب التي تجعل الناس يتناولون طعاماً من دون الآخر كيف يتخلص الناس من الفضلات في قريتك ؟ لماذا يسلك الناس هذا المسلك ؟ كيف يحافظ الناس في بيتك على نظافة أفواههم وأسنانهم ؟ ماهي أسباب سلوك الناس على هذا النحو ؟ كيف يمكنك أن تكتشف تلك الأسباب ؟

تغيرات السلوك

في سائر المجتمعات توجد بالفعل كثير من أنماط السلوك التي تحسن الصحة وتقي من المرض وتساعد على شفاء المرضى وتأهيلهم . ولابد من التعرف على أنماط السلوك تلك وتشجيعها . وفي الواقع أن النتائج الإيجابية الصحية التي تنشأ عن تلك السلوكيات هي عادة التي تشجع الناس على المداومة على ممارستها .

وهناك أيضاً أنماط سلوكية ضارة بالصحة . وبسبب النتائج غير الصحية لهذه الأنماط السلوكية غالباً ما يتخلى عنها الناس من تلقاء أنفسهم . وأحياناً يداوم الناس على السلوك غير الصحي للأسباب المذكورة في الأجزاء السابقة .

وقبل الشروع في نشاط من نشاطات التكيف الصحي لابد من تفهم الصعاب التي غالباً ما يواجهها الناس عندما يحاولون تحسين حياتهم . وهذا التفهم يساعد على انتقاء مناهج مناسبة للتكيف الصحي .

التغير الطبيعي

إن سلوكنا يتغير على الدوام . وتطراً بعض التغيرات نتيجة للأحداث الطبيعية . وعندما يحدث تغير في المجتمع من حولنا ، فإننا غالباً ما نغير من أنفسنا دون أن نفكر في ذلك ملياً . ذلك هو التغير الطبيعي الذي نورد فيما يلي أمثلة له :

السيدة صفية تشتري عادة فاصوليا من السوق ، ولكنها ربما تغير سلوكها وتشتري لوبيا إن لم تكن الفاصوليا متوفرة .

والسيد جلال يرتدي قميصاً أبيض اللون في المواسم الجافة والحارة غير أنه حين يُقبل الطقس الطير البارد ربما يغير ملبسه فيرتدي قميصاً قهلاً .

والعم زكي فلاح . وهو عادة يسير باتجاه الشمال كي يصل إلى حقوله . ولكن بسبب المطر الغزير والفيضانات فإنه يغير مسلكه ويتجه شرقاً أولاً حتى يجد عمراً أفضل .

التغير المخطط

أحياناً نضع المخطط لتحسين حياتنا . وفيما يلي بعض الأمثلة لذلك :

الحاج سليمان يدخن عدداً كبيراً من السجائر كل يوم . وقد بدأ الآن يسعل سعالاً شديداً . فقرر أن يمتنع عن التدخين . وهكذا وضع خطة للامتناع عن التدخين خلال أسبوعين وبدأ يعد نفسه لذلك .

وأرادت السيدة حسنية أن تشتري بعض الملابس الجديدة لأطفالها . وهي عادة ما تتفق فائض نقودها على الحلويات والمشروبات الخفيفة . وبدلاً من أن تشتري الحلويات أصبحت تدخر الآن ملها حتى يتجمع لديها ما يكفي لشراء الملابس اللازمة .

كان السيد وديم يعيش في منزل والده لستين عديدة . وقد أصبح له الآن زوجة وثلاثة أطفال . وأصبح بيت والده القديم ضيقاً بمن فيه . ولذا فهو يخطط لبناء مسكن أكبر لتعيش فيه عائلته وأنواه

الآن فكّر في ذلك . هل أجريت أي تغيير في سلوكك مؤخراً ؟ وماهي تلك التغيرات ؟ ولماذا أجريتها ؟
وانظر إلى مجموعك ؟ هل حدثت تغيرات في سلوك القرويين ؟ وماهي تلك التغيرات ؟ ولماذا حدثت ؟ وكيف حدثت ؟

الإستعداد للتغيير

لعلك تعرف بعض الناس الذين يسارعون إلى تجربة كل جديد . فيشترون أحدث الأدوات والبنور . ويرتدون أحدث طرز للملابس ، بينما هناك أناس آخرون يتباطؤون في التغيير . فليس كل إنسان مستعداً للتغيير في نفس الوقت . وتفسير ذلك يكمن في بعض أسباب سلوكنا . وفيما يلي قصة عن الاستعداد للتغيير :

كانت مجموعة من الأمهات تنتظر في عيادة لصغار الأطفال دون سن المدرسة . وقررت القابلة أن تتحدث معهن عن العناية بأطفالهن بعد أن لاحظت أن كثيراً من الأطفال مصابون بالتهنقات والجروح والقرحات في أرجلهم . وكان الإجراء الذي طلبت القابلة من الأمهات أن يتخذنه هو شراء أحذية لأطفالهن .

وكانت السيدة ألفت تجلس وسط المجموعة . وكانت طفلها التي تبلغ من العمر ريعين تجري هنا وهناك حافية القدمين ، وكانت قفصاها مصابتين بتهنقات وجروح مما أقلق الأم . فقد علمت اليوم أن المرض يمكن أن يصيب الجسم من خلال هذه التهنقات . وكانت تعمل في تجارة رابطة إذ كانت تبيع الملابس ، وفي مقدورها أن تشتري حذاء لابنتها . وكان زوجها يدي اهتمامه دائماً بالعناية بالطفلة . وكان عل استعداد للموافقة على أي تصرف من شأنه أن يحمي ابنته . فقررت السيدة ألفت أن تشتري لها حذاء . ومن ثم فإنها كانت على استعداد للتغيير ، ولم توجد أية مشكلات خطيرة تنشأ عن ذلك .

وكانت السيدة سعدية تجلس بجوار السيدة ألفت ولم يكن لدى ابنها حذاء هو الآخر . وتقبلت السيدة سعدية هي الأخرى المعلومة التي مفادها أن جروح الأقدام القلقة يمكن أن تغلب المرض . فأرادت أن تفعل أقصى مالي وسعها من أجل ابنها . وكانت تعمل في الحقل مع زوجها . ورغم أنها كانت فقيرة إلا أنها كانت يفكران دائماً في كيفية العناية بأطفالهما . وكانت الجدة تعيش معهما . وكانت السيدة سعدية تعلم أن الجدة لن توافق على إنفاق المال على شراء الأحذية . فمن شأنها أن تقول « إن ابني لم يرتد حذاءً مطلقاً إلا عندما كبر . فلماذا تشتري حذاءً لهذا الطفل الصغير ؟! » ومع أن السيدة سعدية مهتمة بالتغير إلا أنه كان عليها أن تحل بعض مشاكلها أولاً .

وكانت السيدة صفية تجلس في مؤخرة المجموعة . ولم تكن تحب هذه القابلة بالمثل بعد أن عفتها عدة مرات لأن ابنها كان كثيراً ما يصاب بالمرض . ورغم أنها كانت تدرك أن القابلة تقدم لها معلومات قيمة إلا أنها لم تكن تثيرها اهتماماً بسبب موقفها السلبي منها وبسبب مناعب كثيرة تشغل بالها كذلك . فلقد هجرها زوجها بعد مولد طفلها الأول . ولكنها استطاعت الآن أن تحصل على بعض النقود مقابل غسل ملابس الآخرين . وبسبب هذه المشكلات كان من الصعب التأثير في السيدة صفية . فالمعلومات الصحية وحدها التي تلقاها من تلك القابلة لم تكن كافية لأن تشجع على التغير .

بعد بداية حديث القابلة ، لم تكن أي من الأمهات موضوع القصص السابقة قد تكررت في شراء أحذية لأطفالهن . فما أسباب سلوكهن ذلك ؟ وبعد الحديث انتظت السيدة ألفت وحدها للنصيحة . لماذا حدث ذلك ؟ ولماذا لم تشتري السيدة سعدية والسيدة صفية أحذية لأطفالهما ؟ وكيف يمكنك أن تساعدنا في حل مشكلتيهما ؟

مساعدة الناس على تحسين سلوكهم

من الطبيعي أن يساعد الناس بعضهم بعضاً . فهذه المساعدة لها فائدتها حين يتعين على الناس حل المشكلات الصعبة . وهناك أناس يقوم وظيفتهم على مساعدة الآخرين . ومن هؤلاء الناس المدرسون والأخصائيون الاجتماعيون ورجال الشرطة والموظفون الزراعيون ورجال الدين وبالطبع العاملون الصحيون . وهناك طرائق ثلاث أساسية يمكن من خلالها لأولئك الناس مساعدة الآخرين على تحسين أساليب معيشتهم :

- يمكنهم إخبار الناس على التغير أو دفعهم إليه مع التهديد بالعقاب مالم يتغيروا .
- يمكنهم أن يقدموا الأفكار أو المعلومات على أمل أن يستخدمها الناس في تحسين حياتهم .

- يمكنهم مقابلة الناس لمناقشة مشكلاتهم معهم وإثارة اهتمامهم أو حملهم على المشاركة في اختيار أفضل السبل لحل مشكلاتهم الخاصة .
- لنتفحص ثلاثة أمثلة للطرائق التي يمكن للعامل الصحي أن يتبعها في تقديم المساعدة .

استعمال القوة

كانت هناك عائلة لا تحافظ على نظافة بيتها وأرضها . فكان أفرادها يلقون بقمامتهم وفضلاتهم وراء أيهم مباشرة . وبمضي الوقت تراكمت الأكرام وصارت مرتمة للفران والذباب والبعوض . ولم يكن من المستغرب أن تكثر إصابة أطفال هذه العائلة بالحُمى والإسهال .

وذات يوم زار العامل الصحي هذه العائلة ، واختم عند رؤيته هذه الصورة ، فأخبرها بأنها تجلب الأذى لنفسها وللمجتمع كله ، ولكنها لم تلق بالألا يقول . وكرر العامل الصحي زيارته لها مراراً من دون جدوى . وأخيراً أبلغ العائلة بأنها مالم تقوم بتنظيف المنطقة قبل نهاية الأسبوع ، فإنه سيقاضنها بما سيضطرها إلى دفع غرامة كبيرة . وخشيت العائلة هذا الإجراء ، وأسرع أفرادها إلى تنظيف بيهم وفنائه .

ثم حضر العامل الصحي في الأسبوع التالي حسب وعده . ورأى أن المكان أصبح نظيفاً . فطلب من العائلة أن تحافظ على نظافة المكان على الدوام ، وهددها مرة أخرى بأنه سيقاضنها إذا لم تحفظ نظافته ، ثم غادر المكان ولم يعد طوال أشهر عديدة .

وعندما لم تر العائلة الرجل من جديد ، اعتقدت أن تهديده لم يكن جاداً وغضبت لذلك . ولم تفهم لماذا يأتي رجل غريب إلى بيتها ويأمرها بما يريد . فسرعان ما بدأت تلقي بالقمامة خلف البيت من جديد .

وأخيراً عاد العامل الصحي ورأى ما حدث . وعندما حاول التحدث مع العائلة ، طلبت إليه أن يتركها وتأتها ، وهددته أنها ستقومه لو حاول أن يدخل المنزل .

وهكذا عندما حاول العامل الصحي استخدام القوة مع العائلة وحملها على القيام بما يريد فعل أفرادها ما طلبه منهم في بداية الأمر ، وبعد ذلك عصبوا ورفضوا التعاون معه .

تقديم المعلومات

في قرية الصفا أقبل اللوسم الذي يصاب فيه كثير من الأطفال بالحصبة . وانتاب الماملون الصحوون هناك شعور بالقلق لأن الكثيرين من الأطفال لم يطمعوا ضد الحصبة . وقرروا الدعوة إلى اجتماع يضم أصحاب الرأي في القرية والأمهات .

وأثناء الاجتماع تحدث العاملون الصحيون عن كل ما يتعلق بالحصبة . وذكروا أن الحصبة تسبب عن فيروس دقيق الحجم ينتشر خلال الهواء من طفل إلى آخر . ويحدث ذلك على وجه الخصوص في الأماكن التي يذنو فيها الأطفال بعضهم من بعض . وذكر العاملون الصحيون إن الحصبة تظهر أول ما تظهر على هيئة طفح مصحوب بالحُمى . وذكروا أن مخاطر الحصبة تشمل الإلتهاب الرئوي والعمى والوفاة . وقالوا إن المرض ينتشر بسهولة في هذا الوقت من السنة ، ولذلك طلبوا من جميع القرويين أن يُحضروا أطفالهم إلى المركز الصحي في أيام الأربعاء بأسرع ما يمكن ، حيث يعطى الأطفال حقنة خاصة لحمايتهم أو « تطعيمهم » ضد المرض .

وبعد حوالي الشهر لاحظ العاملون الصحيون أن قليلاً جداً من الأمهات فقط أحضرن أطفالهن لتطعيمهم ضد الحصبة ، فتابهم شعور بالقلق لاسيما وإنهم كانوا واثقين من أنهم قد قدموا المعلومات الصحيحة إلى القرويين . فذهبوا إلى أصحاب الرأي في القرية ليطيبوا ما حدث .

وأدى قادة القرية للعاملين الصحيين بكثير من الآراء فقالوا أولاً : إن أهل القرية يعتقدون أن سبب الحصبة هو الدخان المتصاعد من أنواع معينة من الحطب المحترق . وثانياً أن أهل القرية لم يقتنعوا بأن المرض يمكن أن ينتقل من شخص إلى آخر . وأخيراً قالوا إن بعض الأمهات كن يرغبن في التطعيم لكن واجهن بعض الصعاب في الحضور إلى المركز الصحي لأن السوق الرئيسية في المنطقة كانت تقام صبيحة يوم الأربعاء من كل أسبوع .

وكان تصرف هؤلاء العاملين الصحيين أفضل من تصرف العامل الصحي الذي سبق ذكره . فهم لم يستخدموا القوة بل تمكنوا من جذب بعض الناس إلى التطعيم . ولكن نجاحهم كان محدوداً . فرغم أن معلوماتهم الصحية كانت صحيحة إلا أن تشجيع معظم الأمهات على إحضار أطفالهن للتطعيم لم يكن كافياً وحده ، إذ كانت هناك عوامل أخرى أعظم تأثيراً في سلوك الأمهات لم يضعها العاملون الصحيون في الاعتبار .

المناقشة والمشاركة

يزور العاملون الصحيون الممتازون الناس في مجتمعاتهم ، ويصفون إلى مشاكلهم .

ف ذات يوم قامت العاملة الصحية السيدة فريدة بزيارة جماعة من المزارعين . وجلست معهم الوقت تستمع إلى مشكلاتهم . وكان المزارعون يشكون من أنهم ضعاف ومتعبون . ورأت العاملة الصحية أنهم كانوا شاحبي الوجه ، واشتبهت في أنهم مصابون بالديدان الشريطية .

سألت العاملة الصحية المزارعين عما يعتقدونه سبباً لهذه المشكلة . فقال بعضهم إن السبب هو الإفراط في العمل . وقال آخرون هي حرارة الطقس الشديدة . بل إن أحدهم قال إن المزارعين في القرية المجاورة يكتنون الحسد لهم ، وهم يسحرون لهم حتى تصيبهم الملل . ثم سألتهم العاملة الصحية عما يفعلونه لحل هذه المشكلة . فقال أحدهم إن زوجته تجعله يستزيد من الطعام . بينما قال

آخر إته يام مكرراً . وقال بعضهم إنهم يشربون اللقويات المصنوعة من الأعشاب الطبية . فسألتهم العاملة الصحية عما إذا كانت أي من هذه الإجراءات قد جلبت لهم الشفاء ، وكان رد جميع المزارعين بالنفي .

وبعد ذلك سأل المزارعون العاملة الصحية عما إذا كان في استطاعتها مساعدتهم . فقالت إنها ستحاول ذلك ، إلا أنها في حاجة إلى معرفة الكثير عن عملهم اليومي . فبدلت بالسؤال عن الري الذي يرتديه المزارعون أثناء العمل . فأجابوا بأنهم يرتدون « سراويل قصيرة وقمصاناً خفيفة » . وسألتهم عما إذا كانوا يرتدون شيئاً في أقدامهم ، وكانت الإجابة على ذلك بالنفي . وسألتهم أيضاً أين يترززون أثناء وحودهم في الزرعة ؟ فقالوا إنهم يقضون حاجاتهم في أي مكان بالقرب منهم .

وأعربت العاملة الصحية عن شكرها لهم ، وقالت : « لقد أوحى لي إجاباتكم بعض الأفكار عن مشكلتكم الصحية . ألا تعلمون أن هناك ديداناً صغيرة يمكن أن تنفذ إلى داخل أجسام الناس ؟ » وقال بعضهم إنهم شاهدوا بأعينهم الديدان في برازهم أحياناً . ولابد أن الديدان قد اخترقت أجسامهم بطريقة أو بأخرى .

وقالت العاملة الصحية : « هناك ديدان مخلطقة لها أساليب متباينة في اختراقها للجسم » واستطردت قائلة : « وعندما تكون هذه الديدان داخل الجسم فإن بعضها يأكل الطعام الموجود في الأمعاء بينما يتغذى البعض الآخر على الدم مما يصيب الناس بالضعف . وإحدى هذه الديدان ، وهي التي تسمى بالودودة الشصية ، تسبب للمزارعين الكثير من المتاعب ، إذ أنها توجد في التربة ومن المحتمل أن تكون هذه هي سبب مشكلتكم . فبعد أن تحرق قدم الإنسان تنقل إلى أمعائه وتعلق بشصها في جدرانها وتقتصم دمه . ولا ترى الديدان على الدوام في البراز . فعندما يبرز الإنسان يفرغ بعض البيض الدقيق الحجم مع البراز وهذا تصعب رؤيته » . ولم يكن بعض المزارعين مقتنعاً بذلك ، فسألها أحدهم « لِمَ لا يكون الطلّس الحار هو السبب ؟ » فأجابت العاملة الصحية إن الطلّس الحار يساعد على قفس البيض ونموه في التربة . وسأل مزارع آخر : ماذا عن جيراننا الذين يكون لنا الحمد ؟ . فشرحت لهم العاملة الصحية : إن الجيران يمكنهم نشر الودودة الشصية عن طريق تبرزهم في الحقول على الرغم من عدم علمهم هم أيضاً بحماية الودودة الشصية . وأخيراً نقل المزارعون هذه الأفكار .

وسألت العاملة الصحية المزارعين : ما الذي يمكن أن تفعلوه لاتقاء الديدان الشصية ؟ أجاب أحدهم : « نرتدي أحذية » إلا أن الآخرين لم يستحسنوا هذه الفكرة لأن الأحذية غالية الثمن وتزيد الإحساس بالحرقارة . وقال آخر : « نستخدم مراحيض » . ففضحك الآخرون . وقالوا أنه ليس في مقدورهم بناء مرحاض في كل مزرعة .

وسألت العاملة الصحية عن إمكان عمل أشياء أخرى أبسط وأرخص فأجاب مزارع : أن « الصنادل » رخيصة الثمن ، وهي من صنع محلي . وتلك المصنوعة من المطاط ولدائن البلاستيك تباع في السوق » . واقترح مزارع آخر أن بإمكانهم استخدام المجرفة لحفر حفرة عند التبرز . فاستحسنست الجماعة هاتين الفكرتين ، ووافق الجميع على شراء الصنادل « ودفن برازهم في

المزرعة . وعلقت العاملة الصحية بأن دفن البراز يمكن أن يكون خطراً مالم يكن بعيداً عن أي مكان يمكن أن يخبر خطأ أثناء الحرث .

وقبل أن تغادر العاملة الصحية المكان طلبت من المزارعين مقابلتها في العيادة ، فهناك يمكنها فحص برازهم للتحقق من وجود الديدان فإن وجد فيه بيض الدودة الشصية فيمكنها حينئذ أن تقدم لهم الدواء اللازم لقتل هذه الديدان . وذكرهم بزوجة ذلك المزارع التي قالت إنه ينبغي أن يستزيد من الطعام ، وقالت إن هذا القول حكيم لأن الديدان اغتنت بالكثير من الدم . وأضافت إن الحضرارات الورقية الخضراء واللحوم يمكن أن تساعد على استعادة الدم المفقود . وشكر المزارعون العاملة الصحية . وفي اليوم التالي حضر المزارعون جميعهم إلى العيادة طلباً للدواء . وكان كل منهم مرتدياً صندلاً في قدميه .

لقد نجحت هذه العاملة الصحية وأدت مهمتها على خير وجه . فهي لم تدفع الناس دفعاً . ولم تكتف بإعطاء المعلومات وحدها ، بل جعلت الناس يفكرون في مشاكلهم الصحية ، كما طلبت منهم أن يفكروا في طرق حل مشاكلهم ، وشاركت المزارعين في كل ذلك . وفي النهاية اتفقوا جميعاً على التصرفات التي من شأنها أن تقيم وتحسن صحتهم .

دور التكيف الصحي

في الأوضاع الثلاثة السابقة كانت عاملة صحية واحدة فقط هي التي مارست التكيف الصحي . وتقصد بها العاملة الصحية الثالثة التي شجعت الناس على فهم مشاكلهم الصحية واختيار أنسب الحلول لها بأنفسهم .

فكر مرة أخرى في المشكلات التي واجهت العاملين الصحيين الأولين ، وماذا ينبغي لها فعله لو أنهما أرادا استخدام التكيف الصحي .



إن أسلوب التثقيف الصحي يشجع الناس على التحدث عن مشكلاتهم الصحية الخاصة وإيجاد الحلول المناسبة لها . ودور العامل الصحي هو مساعدة الناس على التفكير في أفضل الحلول .

ويمكن للعامل الصحيين استخدام التثقيف الصحي بنجاح باتباع ما يلي :

- التحدث مع الناس والاستماع إلى مشكلاتهم .
- التفكير في السلوك أو الفعل اللذين يمكنهما إحداث هذه المشكلات أو علاجها أو الوقاية منها .
- اكتشاف أسباب سلوك الناس (المعتقدات ، آراء الأصدقاء ، نقص المال وغيرها) .
- مساعدة الناس على معرفة أسباب تصرفاتهم ومشكلاتهم الصحية .
- دعوة الناس إلى أن يقدموا أفكارهم بشأن حل المشكلات .
- مساعدة الناس على التأمل في أفكارهم حتي يمكنهم اكتشاف أيها أكثر نفعاً وسهولة في التنفيذ .
- تشجيع الناس على اختيار أنسب الأفكار لظروفهم الخاصة .

ما الذي نعنيه حقاً بالتثقيف الصحي ؟

التثقيف الصحي هو ذلك الجزء من الرعاية الصحية الذي يعني بتحسين السلوك الصحي .

قد يكون سلوك الشخص هو السبب الرئيسي لمشكلة صحية ، ومع هذا فيمكن أن يكون هو الحل الرئيسي أيضاً . وهذا ينطبق على الصبي الذي يدخن ، وعلى أم الطفل سيء التغذية وعلى الجزار المصاب بجرح في إصبعه . فمن طريق تغيير السلوك يمكن هؤلاء الأفراد أن يحلوا الكثير من مشاكلهم بل ويتجنبوها .

إننا من خلال التثقيف الصحي نساعد الناس على فهم سلوكهم والكيفية التي يؤثر بها في صحتهم . فنحن نشجعهم على اختيار ما يفضلونه من أجل الحياة حياة صحية ، ولا نجبرهم على التغير .

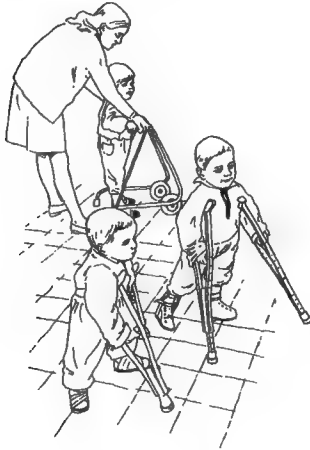
ولا يحل التثقيف الصحي محل غيره من الخدمات الصحية ، ولكنه ضروري للتشجيع على الاستخدام الصحيح لتلك الخدمات . وأحد الأمثلة لذلك هو التطعيم : فلقد صنع العلماء لقاحات كثيرة للوقاية من الأمراض ، ولكن لا قيمة لهذا الإنجاز ما لم يذهب الناس لتلقي التطعيم . وبالمثل فإن المرامد (مواقد حرق القمامة) لا قيمة لها ما لم يضع الناس القمامة بداخلها .

إن التثقيف الصحي يبحث على السلوك الذي يحسن الصحة ويبقي من العلل ويشفي من الأمراض ويسهل التأهيل . كذلك فإن احتياجات واهتمامات الأفراد والعائلات والجماعات والمهيات والمجتمعات تقع في صلب برامج التثقيف الصحي . ومن ثم فهناك العديد من المجالات لممارسة التثقيف الصحي .

وليس التثقيف الصحي مرادفاً للإعلام الصحي . فالإعلام الصحيح جزء أساسي من التثقيف الصحي بالتأكيد ، ولكن التثقيف الصحي يجب أن يعنى أيضاً بالعوامل الأخرى التي تؤثر في السلوك الصحي مثل يسه الحصول على الموارد ، وفعالية قيادة المجتمع ، والدعم الاجتماعي من أفراد العائلة ، ومستويات مهارات المساعدة الذاتية . وعلى ذلك ، فإن التثقيف الصحي يستخدم مجموعة متنوعة من الطرائق لمساعدة الناس على فهم أوضاعهم واختيار الإجراءات التي تحسن صحتهم . ولا يكمل التثقيف الصحي إلا إذا شجع على اشتراك الناس وقيامهم بالاختيار بأنفسهم . فعلى سبيل المثال ، إن الاقتصار على دعوة الناس إلى اتباع « سلوك صحي طيب » ، ليس تثقيفاً صحيحاً . فعلى الرغم من أن إحضار الطفل شهرياً إلى العيادة لوزنه سلوك يعزز الصحة ، فإن بعض الأمهات يرين الوضع من وجهة نظر مختلفة . فقد يعتقد بعضهن أن الطفل السليم لا حاجة به إلى الذهاب إلى العيادة ، وقد لا يرى بعضهن أية فائدة من وزن

الرضيع ، وقد يعتقد بعضهم أن العمل المنزلي أو المهام الأخرى أهم من وزن الطفل السليم . وفي التثقيف الصحي ، تؤخذ هذه الآراء المختلفة في الاعتبار عند البحث عن حلول للمشاكل .

كما أننا ، في التثقيف الصحي لا نلوم الناس إذا لم يتصرفوا بأسلوب صحي . فليس السلوك غير الصحي ، في أحيان كثيرة ، خطأ الفرد . وفي التثقيف الصحي يجب علينا



هناك العديد من المجالات لتقديم التثقيف الصحي بالإضافة إلى الوقاية من الأمراض . فكما هو واضح هنا ، يضطلع التثقيف الصحي أيضاً بدور في التزويد بالمهارات لتأهيل المعوقين .

أن نعمل مع العائلات والمجتمعات ، بل حتى السلطات الإقليمية والوطنية ، للتأكد من إتاحة الموارد والدعم لتمكين كل فرد من الحياة حياة صحية .

من هو المتكيف الصحي ؟

بعد أن فهمنا جوهر التكيف الصحي فإن من الضروري أن نجيب على السؤال التالي : من هو المتكيف الصحي ؟ صحيح أن بعض الناس يتلقون تدريباً خاصاً على القيام بأعمال التكيف الصحي ، وربما نطلق على هؤلاء الناس إسم الأخصائيين . لكن حيث إن جميع العاملين الصحيين معنيون بمساعدة الناس على تحسين معارفهم ومهاراتهم الصحية ، فإن عليهم جميعاً أن يمارسوا التكيف الصحي ، أثناء قيامهم بوظائفهم . ومن خلال القيام بأعمال التكيف الصحي يمكن للممرضات والقابلات ، وكذلك للعاملين في حفل الرعاية الصحية الأولية أن يجعلوا الرعاية الصحية أكثر فعالية .

ومن ثم فإن التكيف الصحي هو في حقيقة الأمر واجب كل الأشخاص الذين يمارسون أعمال التنمية الصحية وأنشطة تنمية المجتمع .

فإذا لم يمارس العاملون الصحيون وغيرهم من العاملين التكيف الصحي أثناء قيامهم بوظائفهم اليومية فإنهم لا يؤدون أعمالهم على الوجه الصحيح . فعند معالجة شخص مصاب بمرض جلدي معد أو بالمalaria ، ينبغي للعامل الصحي أن يتفقد المريض بأسباب المرض ويعلمه طرق الوقاية . فالأدوية وحدها لا تحل المشكلة . ومن دون التكيف الصحي قد يقع العليل فريسة المرض نفسه مراراً وتكراراً .

وعلى نفس هذا المتوال فإنه لا بد لبرنامج إصحاح البيئة أن يشتمل على التكيف الصحي . فلا يكفي أن توفر وزارة الصحة أو الهيئة المختصة الآبار الصحية والمراحيض ووسائل جمع الفضلات ، فالتناس سيظلون يعانون من الأمراض الناشئة عن سوء الإصحاح مالم يستخدموا تلك المرافق . وإذا ما أتبع أسلوب التكيف الصحي ، فإن الناس سوف يشتركون منذ البداية في التعرف على مشكلاتهم الإصحاحية وسوف يختارون ما يرتضونه من حلول ومرافق . عندئذ سيزيد احتمال استخدام الناس لهذه المرافق وتحسن صحتهم .

ويجب أن يدرك العاملون الصحيون أنهم قلة ، وأن الآخرين يتعلمون بالافتداء بهم . فالقابلة التي لا ترتدي زياً نظيفاً وعامل المستوصف الذي لا يحافظ على نظافة مركز الإسعاف يضربان مثلين سيئين . فسوف لا يصدق الناس هذين العاملين الصحيين عندما يتحدثان عن الصحة والتصحح hygiene . أما العاملون الصحيون



وضع سليم الصحة يوزن في عيادة



لدى العاملين الصحيين فرص كثيرة لممارسة التنظيف الصحي أثناء معالجة المرضى ، كأن يُشرح للطفل الأسباب التي تدعو إلى المحافظة على نظافة الجروح ، تفضيلاً على الاقتصار على تضميدها .

الذين يبتون مراحيض في منازلهم ويطهرون الماء الذي يشربونه ويطعمون أطفالهم أغذية مغذية ، فإنهم بضربهم للمثل يثرون العادات الصحية بين جيرانهم .

العمل مع الناس

إننا ، في مجال التثقيف الصحي ، نهم بما يشعر به الناس بالفعل لا بما نعتقد أنه الشعور الذي يجب أن يشعروا به . ونحن نهم برؤية الناس لمشاكلهم الخاصة لا بالمشكلات التي نراها نحن . ونحن نريد أن ينمي الناس الثقة والمهارات اللازمة لمساعدوا أنفسهم بأنفسهم . ولا نتنظر جزاء ولا شكوراً ، ولكن يحدونا الشعور بالفخر إذا الناس تعلموا على أيدينا المهارات اللازمة لحل مشكلاتهم الخاصة .

وتتمكين الناس من تعلم هذه المهارات نحن في حاجة إلى ما يلي :

- إقامة علاقات طبية (الصفحات ٣٠-٣٣) .
- التواصل بوضوح (الصفحات ٣٣-٣٥) .
- التشجيع على المشاركة (الصفحات ٣٥-٤٠) .
- تجنب المحاباة والتحيز (الصفحات ٤٠-٤٢) .

تلك هي النقاط الأربع التي نتناولها بالدراسة في هذا الفصل .

إقامة علاقات طبية

العلاقات التي تنطوي على المساعدة

هناك كثير من الناس عملهم هو مساعدة الآخرين . ومثال ذلك : المدرسون والأخصائيون الاجتماعيون ، والمرشدون الزراعيون والمرضات وغيرهم .

وبوصفك عاملاً صحياً في « الخط الأمامي » ، فإنك تنتمي أيضاً إلى فئة المهنيين الماعدين للناس . ولكي تصبح ماعداً ناجحاً لابد أن تقيم علاقات طبية مع أولئك الذين تود أن تساعدهم . فإذا أحبك الناس ووثقوا بك وأحسوا بالارتياح نحوك فإنك ستكون عندئذ في وضع أفضل يمكنك من مساعدتهم .

وفي مقدورك أن تجعل الناس يثقون بك باحترامك إياهم (بغض النظر عن هويتهم ومعتقداتهم أو موطنهم) والإصغاء إليهم وتشجيعهم على تنمية نقاط القوة فيهم .

أي شخصية أنت ؟

من أنت (شخصيتك) وماذا تفعل (تصرفاتك) . هذان أمران يؤثران في نظرة الناس إليك وتفكيرهم فيك . كما أن شخصيتك وتصرفاتك تؤثر في نوع العلاقات التي يمكن أن تقيمها مع الناس في المجتمع .

نعم إنك عامل صحي ولكنك تمثل أيضاً أشياء عديدة أخرى . فأنت في عمر معين وتنتمي لأحد الجنسين وإلى عائلة بعينها وإلى فئة اجتماعية بالذات وإلى جماعة عمل معينة . وربما تكون عضواً في جماعة دينية . كل هذه العوامل تحدد كيف ينظر الناس إليك وماذا يتوقعون منك . فأنماط السلوك المتوقعة من شخص ما تختلف باختلاف عمره وجنسه وديانته والعمل الذي يقوم به .

تعرف على توقعات المجتمع وآماله وتفهم حقيقة شخصيتك . فلسوف يعينك ذلك على إقامة علاقات طيبة على صعيد مجتمعك . تعرف نفسك وشخصيتك بملاحظة كيف يتصرف الناس تجاهك . فإذا كان أفراد المجتمع لا يصفونك إليك أو يجتنبونك بصفة عامة ، فاسأل أصدقائك أو زملائك الذي تثق بهم ما إذا كانوا لاحظوا هم أيضاً ذلك . واسألهم عما إذا كانوا يعلمون أية أسباب ممكنة لهذا التصرف . وحاول ، مما تعرفه عن نفسك ، أن تغير تلك التواحي من شخصيتك التي تزعج المجتمع المحيط بك .

كيفية إقامة علاقات طيبة

كفي تقييم علاقات طيبة لابد أن يراك الناس أثناء قيامك بعملك . ولابد أن يكون في إمكانهم مشاهدتك . ولابد من قيامك بأعمال يحس الناس بقيمتها وفائدتها . ولابد أن تتصل بالناس وتشرح لهم طبيعة عملك . ويجب أن تصغي إليهم أيضاً . أظهر لهم اهتمامك بمشكلاتهم وحاجاتهم . ولابد أن تكون موجوداً حين يحتاجون إليك .



في سبيل إقامة علاقات طيبة من الضروري زيارة أفراد المجتمع زيارات متكررة بأي وسيلة متاحة . فهاتان العائلتان الصحيحتان تستخدمان جواداً للوصول إلى القرى التي تقومون بخدمتها . وقد يستخدم الآخرون الدراجات العادية أو البخارية أو الحافلات العامة أو سيارات النقل أو حتى السير على الأقدام .

وإذا كنت تعمل في محيط مجتمع ما فعليك أن تُعرّف الناس بنفسك (أو تعيد تعريفهم بك) . قم بزيارة أصحاب الرأي في المجتمع وممثلي الجماعات المختلفة . لتتق بالاشخاص الآخرين الذين يعملون من أجل النهوض بالمجتمع . وقم بزيارة رجال الدين والسياسيين والمدرسين والعاملين الزراعيين والمداوين التقليديين وغيرهم من العاملين الصحيين والأخصائيين الإجتماعيين . تعرّف على طبيعة عملهم . اشرح لهم طبيعة عملك . ناقش معهم كيفية العمل معاً في سبيل تحسين أحوال المجتمع .

وأخيراً تذكر أن هدف التثقيف الصحي هو مساعدة الناس على حل مشكلاتهم بجهودهم الذاتية . وأن دورك هو أن تشرح لهم ما يمكنهم عمله في سبيل ذلك ، وأن تعلمهم مايلزم من المهارات . ويمكنك باتباع طرائق التثقيف الصحي أثناء عملك أن تساعد الناس على أن يفعلوا ما فيه الخير للصحة . عندئذ سيحبس الناس بأنهم قد أصبحوا أفضل من ذي قبل . كما أنهم سوف يقدرّون فيك اهتمامك بهم وسهرك على رعايتهم . وسوف تزدهر علاقاتك بهم وتنحسّن .

من هم الناس الموجودون في حياتك الخاصة أو حياتك المهنية الذين تربطك بهم علاقات طيبة ؟ ما الذي يجعل هذه العلاقة طيبة ؟ وهل هناك أناس آخرون يبتعدون عنك وبينهم علاقات دون ذلك ؟ ماذا يمكنك أن تفعل لتحسين تلك العلاقات ؟

التواصل بوضوح

في كل يوم نمر به في حياتنا نحاول مشاركة الغير أفكارهم ومشاعرهم ومعلوماتهم . ويُعرف ذلك « بالتواصل communication » . والتحدث هو أكثر صور التواصل شيوعاً ، إلا أن هناك صوراً أخرى كثيرة مثل : الكتابة وتحريك الأيدي والجسم والرسم والغناء وما إلى ذلك . وكثيراً من الوسائل التعليمية التي سنعرض لها فيما بعد هي في الحقيقة وسائل تواصل . ولذلك فإن مهارات التواصل ضرورية في التقفيع الصحي .

إن التواصل جزء من علاقتنا الطبيعية مع الآخرين . ولا تقوم للعلاقات الطيبة قائمة من دون المشاركة في الأفكار والمشاعر والمعلومات . وعلى نفس المنوال فإن المشاركة تم بشكل أبسر بين الناس الذين تربطهم علاقات طيبة . وإقامة العلاقات الطيبة مع الناس ، كما سبق أن ذكرنا في القسم السابق ، تسر جنباً إلى جنب مع تنمية مهارات التواصل . ونناقش فيما يلي ثلاث مهارات مهمة لابد منها لإقامة العلاقات الطيبة .

التحدث والعرض بوضوح

إن هدف التواصل communication الجيد هو التأكد من أن الناس يسمعون ويرون ويفهمون الرسالة (الفكرة أو الإحساس) التي يتشاركون فيها ، لذلك فمن الضروري التحدث عن هذه الرسالة وكتابتها وعرضها بأسلوب واضح وبسيط .

ففي المقام الأول استخدم كلمات يفهمها الناس . فكثير من الكلمات المستخدمة في مجال الرعاية الصحية مثل التطعيم والتطهير والمطهر وفرط ضغط الدم والتدرب كلمات غير مألوفة لدى عامة الناس . ابحث عن الكلمات البسيطة والمألوفة لشرح تلك الأفكار . فعلى سبيل المثال ، استخدم عبارة « نظيف جيداً » بدلاً من « طهر » ، وابحث عن الأسماء المحلية الشعبية للأمراض . والعامل الصحي الذي يشارك في نشاطات

المجتمع ويتعرف على الثقافة culture المحلية سوف يسهل عليه استخدام الكلمات والأفكار المألوفة لدى الناس .

وثمة جانب آخر من جوانب التواصل بوضوح هو استخدام ماقول ودل من العبارات . فالحاضرات الطويلة من شأنها أن تُشعر الناس بالملل ، وأن تجعلهم ينسون الرسالة أو تغيّبها عن أذهانهم .

وعند استخدام الوسائل التعليمية المركزة على مواد مثل الملصقات والعلاقات والأفلام والصور من الضروري أن تكون هذه مألوفة للناس . فالوسيلة التعليمية الغريبة على الناس قد لا تنقل الفكرة المقصودة . تأكد من أن الكلمات المقروءة أو المسموعة المستخدمة في تثقيف الناس هي كلمات واضحة وبسيطة .

الإصغاء وإعادة الاهتمام

يقوم التواصل على الإرسال والاستقبال . وليس على العامل الصحي أن يتحدث إلى المجتمع بوضوح وحسب بل عليه أيضاً أن يصغي بعناية إلى أفراد هذا المجتمع ليفهم اهتمامهم وأفكارهم .

فالإصصات هو طريقة للتعبير عن الاحترام . أعر مايقوله الناس لك اهتماماً بالغا . وشجعهم على التحدث بحرية . ولا توقفهم ولا تقاطعهم ولا تشرع في جدالهم ، فذلك من شأنه أن يمزق أواصر التواصل وربما لا تتحصل إلا على نصف الرسالة وربما لا تحصل على شيء على الإطلاق .



إن الإصغاء مهم للغاية في مجال التثقيف الصحي . فمن طريق الإصصات بعناية يتعرف العامل الصحي على حقيقة شعور الفرد تجاه المشكلة الصحية والأسباب التي حملته على التصرف بطريقة أو بأخرى . عندئذ يصبح في الإمكان مساعدته على إيجاد الحل المناسب لها .

وأثناء الإنصات إلى الناس لا تلتفت إلى أشياء أخرى . ولا تشغل نفسك بالعمل بينما يتحدث الآخرون إليك ، فإنك إن فعلت ذلك سيظنون أنك غير عاين بهم .

المنافشة والتوضيح

عقب إنصاتك إلى شخص ما عليك التأكد من أنك سمعت حقيقة ما قاله . وعلى نفس هذا الفرار ، عليك بعد أن تتحدث أن تتأكد من أن الشخص الآخر قد سمع ما قلته على النحو الصحيح . كما أن طرح الأسئلة يمكن أن يساعد على توضيح ما يقال . لا تخش مطلقاً طرح الأسئلة إذ أنها تزيد من دقة التواصل بين الناس .

كذلك يحسن أن تقوم بتلخيص ما يقال . فبعد أن تستمع إلى شخص ما حاول أن تذكر له ما تعتقد أنه قد قاله . ثم أسأله عما إذا كنت قد فهمت أفكاره ومعانيه أم لا ، وافعل الشيء نفسه عندما تقوم أنت بالحديث : شجع مستمعتك على أن يلخص كلامك . عندئذ تعلم أنه قد فهم ما تقول أو لم يفهم . فهذا النوع من النقاش من شأنه أن يوجد تواصلاً صحيحاً .

إليك بعض ما يمكنك عمله لتمرس على مهارات التواصل .

اطلب من اثنين من العاملين الصحيين أو من أصدقائك أن يلغيا وإياك . اطلب من أحدهما أن يبرك بإيجاز عن شيء ما هام حدث في الأسبوع الماضي . انصت إليه بحاية . واطلب من الآخر أن يمتص أيضاً . وبعد أن ينتهي صديقك الأول من حديثه خص ما قاله وأعدده بإيجاز . واطلب من كليهما تصحيحك إن كنت قد أخطأت . وبهذا الأسلوب سوف تعلم كيف تحسن الإنصات .

وبعد ذلك أخبر أحدهما بشيء فعلته في الأسبوع الماضي واطلب منه أن يلخص ما قلته . وبهذا الأسلوب سوف تعلم التحدث بوضوح . كرر هذا التمرين عدة مرات لصقل مهاراتك .

التشجيع على المشاركة

تتمنى المشاركة في مجال التنقيف الصحي أن يعمل الفرد أو الجماعة أو المجتمع على نحو فعال مع العاملين الصحيين وغيرهم من العاملين في تنمية المجتمع من أجل حل مشكلاتهم . والمشاركة ضرورية في كل خطوة بدءاً من التعرف على المشكلات حتى

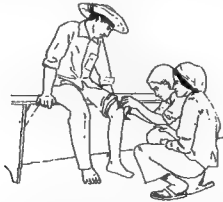
إيجاد حل لها . وبعد أن تقيم علاقات طيبة مع الأفراد ومع المجتمعات عليك أن تشجعهم على المشاركة . فاستخدم مهاراتك في التواصل communication وشجعهم على التحدث بينما أنت منصت إليهم وبذلك يشارك الناس في التعرف على مشاكلهم .

لماذا ينبغي أن يشارك الناس ؟ أولاً : إذا شارك الناس فسوف يكونون أكثر اهتماماً بمساعدة أنفسهم . وسوف يكونون أكثر التزاماً باتخاذ الاجراءات اللازمة للنهوض بصحتهم .

وثانياً : إن الناس مسؤولون عن صحتهم . ويمكن للعامل الصحي أن يرشد الناس لإيجاد حلول لمشاكلهم ، ولكنه لا يستطيع تحمل المسؤولية المباشرة بنفسه . فإذا أنت اليه أم تحمل طفلها الذي يعاني من نقص التغذية فإنه لا يستطيع أن يأخذ هو الطفل إلى بيته ويطعمه بنفسه . وإذا أعطى العاملون الصحيون الناس دواءً ضد الحمى فإنهم لا يستطيعون تتبع هؤلاء الناس إلى منازلهم ووضع الأقراص في أفواههم مرة كل أربع ساعات . وإذا اشتكى مجتمع من عدم توافر المياه النقية فإن العاملين الصحيين لا يستطيعون تقديم المال اللازم لحفر البئر . لاشك أنهم يستطيعون تقديم العون ، لكن أهم أنواع العون هو العون الذاتي . فلدى العاملين الصحيين فرص كثيرة للبحث على العون الذاتي ، وانظر الصورة التوضيحية الواردة في الصفحة ٣٣ كمثال لذلك .

المشاركة في التعرف على المشكلات

يخطئ العاملون الصحيون إذا قالوا للمجتمع « نحن ندرك تماماً مشاكلكم الأساسية » . صحيح أن العاملين الصحيين على دراية بكثير من المشكلات . فهم



تمارس عاملة صحة المجتمع هذه التثقيف الصحي أيضاً كجزء من عملها . فبينا هي تعالج الزوج فإنها تقوم أيضاً بتعليم الزوجة المهارات البسيطة اللازمة للعناية بالجرروح .

يعلمون من سجلات العيادة أن الكثير من الناس يعانون من الملاريا على سبيل المثال . وهذه مشكلة صحية . وربما يزورون المجتمع ويشاهدون القمامة متناثرة هنا وهناك . وتلك أيضاً مشكلة . ولكن ما لم يدرك الناس أن هناك مشكلة فانهم لن يهتموا بحلها . إنك قد تثير ضيق الناس إن ادعيت أنك على علم بكل ما يدور في حياتهم .

شجع الناس على التعرف على مشكلاتهم الخاصة بهم أولاً ، وعندئذ سيكونون أكثر استعداداً لمعالجتها . إن معظم المشكلات تتعلق بالصحة بطريقة أو بأخرى . وعلى العاملين الصحيين أن يظهروا اهتماماً بمساعدة الناس على التصدي للمشكلات التي يُحسون هم بها . فذلك من شأنه أن يولد الثقة ويوطد العلاقات فيما بينهم .

المشاركة في إيجاد الحلول

إذا قال العاملون الصحيون : « نحن نعرف الحل الأمثل لمشكلتكم » فإنهم يرتكبون خطأ آخر . فالحلول « المثل » بالنسبة لفرد أو لمجتمع ما قد لا تكون كذلك بالنسبة لفرد أو مجتمع آخرين . فالمجتمعات متفاوتة في مقادير المواد التي لديها ، وتختلف في المعتقدات والقيم . كما تختلف أيضاً أنماط قاداتها . ولا بد أن يتوافق حل المشكلة مع ظروف الحياة الحقيقية للشخص أو للمجتمع . ولا يتأتى ذلك إلا بمشاركة الفرد أو المجتمع المعنيين .

وفي مقدور العامل الصحي بالطبع أن يقدم بعض المقترحات إلا أن الأفكار ينبغي أن تنبع أولاً من الناس . وكلما زاد عدد الأفكار كان ذلك أفضل . أدرس مع الأهالي المعنيين كل اقتراح بعناية لتحقيق من صلاحيته ، ثم شجعهم على اختيار الحل الأفضل لهم .

المشاركة في العمل

يقترف العامل الصحي خطأ جسيماً أيضاً إذا قال « لا عليكم . سأفعل كل مايلزم لحل مشكلتكم » فعليك أن تتذكر أن الناس مسؤولون عن صحتهم . فإذا قمت بكل العمل نيابة عنهم فربما يقومون بتوجيه النقد إلى النتائج ويلقون عليك باللائمة ، ولكن ، لا يعني ذلك أنه يتعين عليك أن تتركهم يفعلون كل شيء بأنفسهم . بل العكس ، كن واضحاً فيما تستطيع وما ينبغي لك عمله وفيما يستطيع الناس عمله وما يستطيعون

تعلمه . وبينما توجد مهام صحية محددة لا بد أن تمارس من قبل شخص تلرب عليها ، فلا بد أن يوجد أيضاً أكبر قدر مستطاع من الفرص للمشاركة كي يتسنى لأفراد المجتمع اكتساب المهارات التي يحتاجونها بالتجربة والخبرة .

تيسير المشاركة

عليك أن تتوخى اجتناب الوقوع في الأخطاء السابقة . وفكر فيما يمكن « لنا » أن نفعله لحل المشاكل وليس فيما أستطيع « أنا » عمله . فأنت مرشد ومُعين .



« لا عليكم ، سأفعل كل ما يلزم لحل مشكلتكم » . من شأن هذا الأسلوب أن يوجد المزيد من المشكلات على المدى البعيد لا أن يحلها . ولم ذلك ؟ لأن الناس يصبحون معتمدين على العامل الصحي . وأحد الأهداف الرئيسية هو مساعدة الناس على الاعتماد على أنفسهم وإكسابهم المهارات اللازمة للمشاركة على نحو فعال في كل خطوة على درب الرعاية الصحية الأولية بدءاً من التعرف على المشكلات وحتى إيجاد الحل المناسب لها .

ينبغي أن تتساءل أنت وأفراد المجتمع ماهي المشكلات التي يمكن أن نتعرف عليها ؟ وماهي أفضل الحلول التي يمكن اختيارها ؟ وماهي الاجراءات التي يمكن لنا اتخاذها ؟

وفي محاولتك لتعزيز المشاركة عليك أن تراعي أموراً ثلاثة :
أولاً ، هناك بعض أساليب التثقيف الصحي التي تفيد في التشجيع على المشاركة .
ومن أمثلة ذلك الاجتماعات والمناقشات الجماعية (انظر الفصل الخامس) . وقد تكون هذه الاجتماعات رسمية يدعو إليها أصحاب الرأي في القرية . وقد تكون غير رسمية في صورة مناقشات ودية تجري مع الأفراد والجماعات الصغيرة . قم بزيارة الناس في بيوتهم .
واذهب إلى الأماكن التي يجتمعون فيها طلباً للراحة من عناء العمل . تحدث معهم واستمع إليهم . وبهذه الطريقة ، سوف تعلم الكثير عن مشاكلهم . وأثناء الاجتماعات شجّع على طرح جميع وجهات النظر . فالأفراد الذين من طبعهم الهدوء والسكينة لديهم أفكار سليمة تماماً ككثيري الكلام . حاول ما وسعك أن تحصل على موافقة الجميع (وهذا يسمى اتفاق الآراء consensus) وبذلك تكون الخطوة النهائية مقبولة لدى الجميع ، وتكفل مشاركة المجتمع والتزامه .

ثانياً ، تذكر الثقافة المحلية عند تشجيع المشاركة . فأسلوب المشاركة يعتمد على نوع الثقافة . خذ الاجتماعات على سبيل المثال : ففي بعض الثقافات لا يُعد مقبولاً أن يفصح الشباب عن آرائهم علناً . وفي هذه الحالة عليك أن تناقش مع المعنيين سبل إيجاد طريقة أخرى يمكن من خلالها أن يعبر الشباب عن آرائهم . فربما يمكن لقائد الشباب أن يتحدث بصفة خاصة مع بعض كبار السن . وربما يحتاج الأمر إلى أن تعمل بطريقة مهذبة على إقناع أصحاب الرأي في المجتمع قيمة المشاركة وأهميتها . إن حل أية مشكلة ليس بالأمر السهل وقد يستغرق وقتاً طويلاً ، ولكن مشاركة الناس تنطوي على قدر كبير من العون . وهناك أمثلة أخرى للمشاركة في الفصلين الثالث والسادس .

وأخيراً ، من الضروري في نطاق المجتمعات تشجيع القادة المحليين على القيام بدورهم . فإذا كانت المشكلة تؤثر في المجتمع بأكمله فعليك أن تتأكد من أن الجماعات المشتركة في التخطيط تمثل كل القطاعات . (وسنعرض لطرائق التعرف على القادة المحليين أو أصحاب الرأي في المجتمع في الصفحتين ٢٠٥ - ٢٠٦) . وينبغي على هؤلاء أن يقدروا تلك الجماعات في تحديد ماهية المشكلات الرئيسية ثم وضع الحلول والمخططات لمعالجتها . ولابد أن يكون لكل فرد من أفراد الجماعة عمل يقوم به . وبهذا الأسلوب لا يشعر أي فرد بأنه مُستبعد . وسيكون كل فرد ملتزماً بحل المشكلة ، مما سيجعل المزيد من الناس على اكتساب المهارات اللازمة وتعلّم مسؤوليات القيادة في المستقبل . إن المتابعة ضرورية لتحقيق من أن كل شخص قد فهم دوره وأداه على خير وجه ممكن .

إن العمل لا يبدأ من فراغ . عليك دائماً أن تشجع الناس على الاضطلاع بالمسؤولية .

المشاركة في التقويم

أثناء القيام بنشاط ما أو تنفيذ برنامج معين ، لابد من تقييم مدى التقدم طوال الوقت . وبالمثل ينبغي قياس النجاح أو الفشل في نهاية البرنامج ، (انظر الصفحتين ٨٢ و ٨٣ لمعرفة كيفية القيام بذلك) . والمشاركة لها دورها هنا أيضاً . فمن طريق مناقشة النتائج مع الناس يمكنك أن تساعدك على التعلم . فإن عرفوا لماذا كان مصير البرنامج النجاح أو الفشل أصبح في مقدورهم بذل جهود أفضل في المرة القادمة .

ما هو مقدار المشاركة في النشاطات الصحية في مجتمعك حالياً ؟ كم عدد الأشخاص الذين ساعدوا في آخر مشروعاتكم الكبيرة ؟ هل اضطلع كثير من الناس بالمسؤولية أم أن قليلاً منهم قد قام بكل العمل ؟ إذا كانت المشاركة محدودة فما سبب ذلك ؟ ما الذي يمكن أن تفعله لصحيين المشاركة في مجتمعك ؟ ما هي أفضل طريقة يمكن أن يساعد بها العامل الصحي في زيادة المشاركة ؟

تجنب إغهااة والتخيز

لكل منا أهواؤه . ولقد ناقشنا هذه المشكلة بإيجاز في الفصل الأول . والتخيز يعني ، الحكم على شخص سلفاً بمجرد أنه ينتمي إلى جماعة معينة . إنه شعور قوي بالوقوف إلى جانب الشخص أو ضده بسبب انتمائه إلى مجموعة عمرية أو قبلية أو ديانة معينة أو بسبب مستوى تعليمه أو مكان مولده . ولكي نتجنب في التقييم الصحي لابد أن تكون على وعي بأهوائك ومواقفك الخاصة . وربما كان الأمر صعباً ، إلا أنه لا ينبغي أن تدع هذه العوامل تؤثر في عملك . فعليك ألا تحايي جماعة دون أخرى . وأهم مالي الأمر أن لا تدع أهواءك تسبب العناء أو الأذى للجماعة التي تحاول خدمتها . وفيما يلي مثال لما يمكن أن يحدث اذا تركنا العنان لأهوائنا في عملنا .

كانت السيدة سلمى عاملة صحية لسنوات عدة في أحد أحياء المدينة . وذات يوم علمت أن عاملاً جديداً في مجال تنمية المجتمع عين للعمل في الحي . وكان عامل تنمية المجتمع السابق صديقاً لها . فأستفت على نقله . وكان الموظف الجديد صغير السن حديث التدريب . فحدثت السيدة سلمى نفسها قائلة : « كيف يمكن لهذا الصبي الصغير أن يساعد الحي الذي نعيش فيه ؟ إنه أصغر سناً مني . إنني أشك في مدى نفعه » .

وكانت السيدة سلمى تذهب كل يوم إلى عيادة صغار الأطفال لتتحدث مع الأمهات . وذات يوم أعربت لها الأمهات عن حاجتهن لتعلم مهارات تمكنهن من كسب المزيد من المال لإطعام أطفالهن . وكان عمال تنمية المجتمع هم أول من فكرت فيهم السيدة سلمى . لقد كان صديقها القديم يمد يد العون في أمور كهذه . ولكنها تخشى الآن أن يكون عامل تنمية المجتمع الجديد أصغر كثيراً أو أقل خبرة من أن يؤدي هذه المهمة ، . لذلك فهي لا تطلب منه المساعدة .

وكانت السيدة سلمى متحاملة على عامل تنمية المجتمع الجديد ، وبذلك فانها قد تلحق الضرر بالأمهات اللاتي تريد مساعدتهن . وعامل تنمية المجتمع مرجع عظيم القيمة في مثل هذه الأمور ، ولكن الأمهات لن يستفدن من مساعدته .

واليك مثالاً آخر :

السيد نبيل عامل صحي في منطقة تضم عدداً كبيراً من القرى . وكان المفروض أن يزور كل قرية من هذه القرى مرة كل أسبوعين . ولما كان له أصدقاء كثيرون في قرية السعيدية فقد كان يزور هذه القرية مرة أو مرتين في الأسبوع . وبسبب تعدد زيارته لها على فترات قصيرة ، لم يكن لديه الوقت الكافي لزيارة سائر القرى الأخرى . لقد كان السيد نبيل يحايي قرية السعيدية ، مما جعله يهمل احتياجات القرى الأخرى .

ويتضح من المثال الثالث أنه لا ينبغي أن نتخذ الحبابه والتحيز سبيلاً لمكسب منجبه ، بينما لا يجني المجتمع سوى الخسائر والمعاناة .

كان السيد جلال يعمل في مستوصف عمل . وكان ملماً بجميع الأدوية إلماً جيداً . وكان يدين لعمه بالعرفان لأنه أتاح له فرصة التعلم وبالتالي الحصول على وظيفته . ومازال عمه يمدّه بالمال في بعض الأوقات . وكانت لهذا العم صيدلية صغيرة في المدينة . وعندما كان المرضى يأتون إلى المستوصف في الوقت الذي تشح فيه الأدوية التي يحتاجونها كان السيد جلال ينصحهم بالتوجه للمدينة لشراء الدواء من صيدلية عمه بدلاً من أن يحاول أن يوفر الدواء لهم . كان ذلك يكلفهم المزيد من التكاليف .

ورغم أن العامل الصحي يحق في أن يحب عمه فإنه ليس محقاً في أن يسمح لهذه الحبة بالإضرار بالمرضى الذين يأتون إليه طلباً لمساعدته .

علينا أن نكون على حذر من أن يقلبنا الشعور بالتحامل والتحيز للذين ربما يقدّضان الثقة القائمة بيننا وبين أفراد المجتمع والعلاقة الطيبة التي تربطنا بهم . وقد يزيدان من صعوبة عملنا في مجال التشخيص الصحي . وإذا أردنا من كل شخص أن يشارك في حل مشكلات المجتمع الصحية فعلينا ألا ندع التحامل والتحيز يسيطران على تفكيرنا .

ومن خلال التثقيف الصحي ، ينبغي أن نتعرف على سلوكنا أيضاً . وعلينا أن نُحسِّن من أنفسنا حتى نكون أقدر على خدمة الناس والمجتمعات التي هي في حاجة إلينا .

فكّر في أمر السيدة سلمى والسيد نبيل والسيد جلال . ماهي أبواب تعاملهم وتحيّزهم ؟ هل تعتقد أن لي إمكانهم تغيير سلوكهم ؟ وما يكون ذلك عسراً . ما الذي توصي بأن يعلّمه كل منهم حتى لا يلحق تعاملهم وتحيّزهم الضرر بالمجتمع ؟ هل هناك شخص آخر يمكنه المساعدة في هذا الشأن ؟

هل لديك شعور بالتعامل ضد العاملين الآخرين في مجال صحة المجتمع ، أو الأشخاص الاجتماعيين ، أو بعض القرى أو المناطق المجاورة ، أو بعض أصحاب الرأي في المجتمع ، أو بعض الفئات الأخرى (مثل الشباب والشيوخ والجنس الآخر وسكان المناطق الأخرى وأصحاب الديانات المختلفة) ؟ هل تميز لصالح بعض الناس ؟

ما الذي يمكنك عمله للتأكد من أن تعاملك وتحيّزك لا يضران بالناس المفروض أن تساعدهم ؟

التخطيط للتقيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية

نحن نهدف في مجال التقيف الصحي إلى تشجيع الناس على اكتساب الثقة والمهارات اللازمة لمساعدة أنفسهم . وبعبارة أخرى ، ليس الغرض من مهارات التخطيط التي نناقشها في هذا الفصل أن يستخدمها العاملون الصحيون فحسب بل أيضاً المجتمع نفسه . إن إشراك المجتمع المحلي في عملية التخطيط عمل تعليمي في ذاته . فإذا تعلم المجتمع المهارات ومارسها أصبح في مقدوره أخذ زمام المبادرة في تخطيط نشاطاته وبرامجه . وهكذا ينشأ الاعتماد على الذات .

وفي هذا الفصل نتناول بالوصف ثماني مهارات أساسية من مهارات التخطيط :

- جمع المعلومات (الصفحات ٤٤-٥٩) .
- فهم المشاكل (الصفحات ٥٩-٦٤) .
- تحديد الأولويات والأهداف والجراءات (الصفحات ٦٤-٧٧) .
- التعرف على الموارد وكيفية الحصول عليها (الصفحات ٧٢-٨٠) .
- الحث على العمل والمتابعة (الصفحات ٨٠-٨٢) .
- انتقاء الطرائق المناسبة (الصفحات ٨٢-٩٠) .
- تقييم النتائج (الصفحات ٩٠-٩٣) .
- مراجعة عملية التخطيط (الصفحات ٩٣-٩٩) .

ويجب أن لا ننظر إلى هذه المهارات على أنها خطوات تتبع وفقاً لتسلسل منتظم ، فبالطبع لا بد من جمع المعلومات قبل الشروع في العمل . ورغم أن التقييم قد جاء في مؤخرة القائمة إلا أنه ينبغي أن يبدأ في مستهل العملية حتى يمكن تسجيل خطوات التقدم أو التأخر أولاً بأول .

وفي هذا الفصل تأكيد لأهمية استخدام التكنولوجيا الملائمة ، وضرورة مشاركة المجتمع المحلي ، وقيمة المشاركة بين المجتمع المحلي والعامل الصحي ، وكذلك ضرورة التنسيق بين مستويات التخطيط الصحي المختلفة .

جمع المعلومات

يقوم التثقيف الصحي الجيد على الحقائق . ولا يصح القول : « إنني أشعر أن سوء التغذية يمثل مشكلة لأن كثرات من الأمهات لا يعرفن الأطعمة الصالحة لأطفالهن » . فلا بد أن تكون هناك حقائق مثل : كم عدد الأطفال الذين يعانون سوء التغذية ؟ ما الذي تعنيه بسوء التغذية ؟ كيف تقيس ما إذا كان الأطفال يعانون سوء التغذية وكيف تتحقق من ذلك ؟ كم عدد الأمهات اللاتي يعرفن ما يقطعن به أطفالهن ؟ وكم عدد اللاتي لا يعرفن ذلك ؟ إذا كان عدد الأطفال سيئي التغذية كبيراً فهل نقص المعرفة هو السبب الوحيد لذلك ؟ إنك تحتاج إلى هذه المعلومات في مستهل البرنامج حتى تتمكن بسهولة في النهاية من قياس أي تغير يتحقق .

ماهي المعلومات التي نحتاج إليها ؟

نحن في حاجة إلى معرفة :

- أهم المشكلات في رأي الفرد أو الجماعة أو المجتمع الذي تساعد .
- المشكلات الأخرى في رأيك أنت .
- المشكلات التي يراها العاملون الآخرون في مجال صحة المجتمع .
- عدد الأشخاص الذين يعانون تلك المشكلات .
- العادات والأعراف المحتمل أن تكون قد أدت إلى هذه المشكلات .
- الأسباب المحتملة لهذه العادات .
- أسباب أخرى لهذه المشكلات .

وللحصول على هذه المعلومات ينبغي أن تكون على دراية تامة بالمجتمع الذي تعمل

فيه . ومن بين ما ينبغي لك معرفته :

- المعتقدات والقيم المحلية التي تؤثر في الصحة .
- أنماط السلوك المقبولة في البيئة الثقافية المحلية .
- الأشخاص المحليون الذين يتسمون بالأهمية ودواعي هذه الأهمية .
- كيفية اتخاذ القرارات بشأن المشكلات المحلية .

- خدمات الرعاية الصحية المتاحة ، التقليدية منها والحديثة .
- مواقع الخدمات .
- المهن الرئيسية التي يمتنها كل من الرجال والنساء ، ومستوى التعليم في المجتمع المحلي ، ونوعية الإسكان ، حيث أن هذه العوامل قد تفيدك في معرفة بعض الشيء عن الظروف الاقتصادية للناس .
- النوادي والجمعيات والمنظمات القائمة .
- الأديان السائدة محلياً .
- الأساليب المحلية في مشاركة الأفكار والمشاعر .

هل تعرف كل هذه الأمور عن المجتمع الذي تعمل فيه ؟ وكيف تسر لك العلم بها ؟ إن لم تكن على دراية بهذه الأمور كلها فقم أنت وغورك من العاملين الصحيين والعاملين في تنمية المجتمع بجمع المعلومات اللازمة . ويمكن أن يباط بكل شخص جمع جانب من المعلومات المطلوبة عن المجتمع . وبعد جمع المعلومات اتق مع الناس وناقشها معهم . تأمل في الأشياء الجديدة التي تعلمتها عن المجتمع الذي تعمل فيه .

أهمية جمع المعلومات

- إن أي أسرة لن تقرر بناء منزل جديد من دون دراسة إمكان توافر الأرض وتكلفة مواد البناء . ولن يشرع أي طبيب في معالجة مريض من دون أن يبحث طبيعة المرض بطرائق معينة مثل الملاحظة وطرح الأسئلة على المريض وإجراء الفحوص المخبرية . وعلى نفس هذا النوال فإن العاملين الصحيين الذين يمارسون التشخيص الصحي لا بد لهم من دراسة المشكلة قبل مباشرة أي برنامج أو أنشطة لمعالجتها : وإليك بعض دواعي ذلك :
- من الضروري معرفة مدى ضخامة المشكلة (أي عدد المتأثرين بها) ومدى أهميتها أو خطورتها (أي عدد الوفيات والخسائر التي تسببها) . فالمعلومات الواضحة عن طبيعة المشكلة تسهل اختيار الأولويات .
 - إذا جُمِعت المعلومات عن طبيعة المشكلة وحججها قبل البرنامج وبعدة أمكن معرفة الأثر الذي يحدثه البرنامج .

- ومن شأن المعلومات التي تجمع عن المجتمع أن تمكن من اختيار أنسب السبل لمعالجة المشكلة (أي الاستراتيجيات) سواء فيما يتعلق بالمشكلة في حد ذاتها أو البيئة الثقافية التي توجد فيها هذه المشكلة . وسوف تجد المزيد من المعلومات عن الأولويات والاستراتيجيات في الصفحة ٦٤ .

كيف تجمع المعلومات

توجد ثلاث سبل رئيسية لجمع المعلومات عن الأفراد والجماعات والمجتمعات . وأولى هذه السبل هي الملاحظة ، أي تجميع المعلومات من خلال المراقبة والإصغاء . وثانيها هي المقابلة الشخصية interviewing وتشمل المناقشة وطرح الأسئلة وثالثها هي السجلات والوثائق وهي تتكون من ملاحظات وتجارب الآخرين .

وهذه الطرق الثلاث غالباً ما تستخدم مجتمعة لإعطاء صورة كاملة عن مشكلة ما أو مسح للمجتمع واحتياجاته . فعلى سبيل المثال في حالة الأمراض التي تحملها المياه ، من المفيد استجواب الناس في لقاءات شخصية لمعرفة من أين يحصلون على المياه وكيف يوزونها . وثانياً من المهم ملاحظة مختلف مصادر المياه المحلية لمعرفة ما إذا كان الناس يستخدمونها ، حقاً ، بالطريقة التي ذكروها في اللقاءات الشخصية . وأخيراً فإن السجلات الموجودة في العيادات تعطينا فكرة عن عدد الأفراد الذين يعانون بالفعل من الأمراض التي تحملها المياه .

الملاحظة

إعرف ما يجب أن تلاحظه وكيف تلاحظه

يجب أن تجري الملاحظة بدقة . قرر مقدماً ما يجب أن تلاحظه وكيف تلاحظه . فعلى سبيل المثال قد يشكو الآباء والمدرسون من وجود دم في بول الأطفال . وربما يكون السبب هو داء البلهارسية ، وهو مرض يصيب المرء عند الخوض في مياه لوثها أشخاص مصابون بالمرض بالتيول أو التغوط في الماء . وفي هذه الحالة فإن من المهم (١) ملاحظة ما إذا كانت القواقع التي تؤدي المرض موجودة في المجاري المائية ، (٢) ملاحظة سلوك الأطفال الموجودين على ضفاف المجاري المائية . فإذا ظهر بالملاحظة وجود قواقع حاملة للمرض ، وأن الأطفال يلعبون ويحوضون بالفعل في مجاري المياه

ويتبولون أو يهرزون فيها أو بالقرب منها عندئذ يمكن أن يشته المرء بحق في داء البلهرسية .
وثمة نوع آخر من أنواع الملاحظة وهو الفحص المجهرى لعينات من البول أو البراز .

ويجب أن يتضمن تقصي أي مجتمع السوق المحلية ، حيث يمكن التعرف على الكثير
من المشاكل الصحية وجمع معلومات هامة . فعلى سبيل المثال ، يمكنك من دراسة
السوق أن تعرف الأغذية المتاحة محلياً ، وأسعارها ، وقد تستطيع التعرف على الأخطار
التي تسبب الأمراض .



يجب أن يشمل أي تقصي للمجتمع السوق المحلية حيث يمكن التعرف على العديد من
المشكلات الصحية . ماهي المشكلات الصحية التي يمكنك مشاهدتها في هذه الصورة ؟

إعرف متى تلاحظ

الملاحظة في الوقت غير المناسب ربما تعطي إنطباعاً خاطئاً عن المشكلة . فملاحظة
مجرى الماء أثناء ساعات الدراسة لن يعطي صورة واضحة عن سلوك الأطفال في الخوض
في المياه والاستحمام فيها . وأفضل وقت للملاحظة هو عقب انتهاء اليوم الدراسي أو في
العطلات عندما يكون الأطفال أحراراً في الذهاب إلى الترع إن أرادوا ذلك .

لاحظ بدقة وعناية

كما ذكرنا من قبل ، فإن الملاحظة لا تتم بالعين وحدها . إذ يمكن التقاط المعلومات الضرورية بالأذن والأنف والأصابع واللسان أيضاً . فالصوت والرائحة واللمس والمذاق من شأنها أن تعلمك الكثير عن مجتمعك . ولا بد أن تكون قادراً على إبلاغ الناس بدقة بما لاحظته . فعل سبيل المثال ، أرسل أحد مفتشي الصحة ثلاثة من معاويي الصحة للتفتيش على بيت إحدى العائلات . وإليك ما قاله كل منهم :

- قال المعاون الأول « إن المنطقة كانت قلقة جداً » .
- وقال الثاني « إن البيت ليس أسوأ من غيره من البيوت الموجودة في تلك المنطقة » .
- وقال الثالث « كانت مجاري الصرف الموجودة أمام البيت تعج بأوراق الشجر والورق . وخلف البيت كومة من الصفائح والقوارير المهشمة والورق والجِرَق وصل ارتفاعها إلى مستوى ركبتني وبلغ اتساعها قدر طولي . وقد تجملت هناك كل القمامة . ولم ينتثر شيء منها حول المنزل . »

فهؤلاء الرجال الثلاثة لاحظوا الشيء نفسه ، لكن تعليقاتهم جاءت متباينة . فالرجلان الأول والثاني أصدروا أحكاماً . لكن الثالث انفرد بتقديم وصف دقيق إلى حد كبير . فكر جيداً فيما رأيت بعد ملاحظتك شيئاً ما إذ ربما يُعْنُ لك أن تدون ما رأيت وما لاحظت . ثم قرر بعد ذلك ما إذا كان ما رأيت حسناً أو قبيحاً . أطلب من أناس آخرين أن يلاحظوا الشيء ذاته وتحقق مما إذا كنتم متفقين جميعاً على ما رأيتموه أو سمعتموه . إن تمكين الآخرين من تمحيص ملاحظاتك من شأنه أن يزيد من دقتها .

لاحظ الأفراد

إن للملاحظة نفعاً كبيراً أثناء مساعدتك أفراداً مرضى أو ذوي مشاكل . فحركات أجسامهم وعيونهم قد تحرك الكثير عنهم . فمن خلال الملاحظة يمكنك أن تستشف الحزن والفرح والقلق والألم والخوف وغير ذلك من المشاعر .

وعن طريق الملاحظة كذلك ربما تعرف الكثير عن أسلوب الفرد في محافظته على صحته الشخصية أو موقفه من المشكلات الصحية . فعلى سبيل المثال يمكنك من خلال الملاحظة أن تعرف ما إذا كان الجرح حديثاً أو أن الجرح قد توالى في اللجوء إليك . وربما تعرف في بعض الأحيان ما إذا كان الطب الشعبي قد استخدم . فبعض الأشخاص يحاولون تعاويذ أو رُقّي تبيغك عن دياتهم ومعتقداتهم .

وفي بعض الأحيان قد تتعرف على الحالة المالية للشخص أو خلفيته العرقية من خلال ملاحظتك لطراز وحالة الملابس التي يرتديها . ولكن يجب أن تتوخى الحرص ، فإذا كانت عينك تهديانك إلى معرفة ما تترك فإنهما قد تضللانك أيضاً . تذكر أننا جميعاً لدينا بعض الشعور بالحماية والانحياز . فالملابس ليست دائماً علامة على الغنى أو الفقر . أطرح أسئلة لتري ما إذا كانت أحكامك صحيحة .

لاحظ الجماعات

استخدم عينيك عندما تعمل مع جماعات أو لجان . فيمكنك أن تكتشف ما إذا كان بعض الناس يدون اهتماماً . واستخدم أذنيك لتبين ما إذا كان الناس يشاركون في الحديث . ويمكنك أن تلاحظ ما إذا كانت الجماعة سعيدة أو غاضبة . فإذا لاحظت جوانب المشكلة فسوف تتمكن من المساعدة على حلها .



إن ملاحظة المرضى أمر ضروري . استخدم عينيك لتعرف ما يشعر به المريض ، وتحقق من الأدوية الحديثة أو التقليدية التي يكون قد جربها .

من المفيد أن تمارس مهاراتك في الملاحظة . اجتمع اثنين من الأصدقاء أو من زملاء العمل معاً . وانخر شارباً في منطقتك أو فريقك وسيروا جميعاً معاً في هذا الشارع ولاحظوا حالة الإصحاح فيه . لا تحدثوا مع بعضكم البعض حتى تصلوا إلى نهاية الشارع . ثم ناقشوا ما لاحظتموه . وانظروا ما إذا قد لاحظتم نفس الملاحظات . وسيروا في الشارع مرة أخرى لتتحققوا من ملاحظاتهم .

استخدموا أعينكم : هل ترون فصاصات من الورق أو علماً قديمة ملقاة على الطريق ؟
هل ترون بالوعات مسدودة ؟

استخدموا أنوفكم : هل تشمون رائحة قمامة أو ماء راكد أو فضلات آدمية ؟

استخدموا آذانكم : هل تسمعون ذباباً يطن أو صوت أغنام وكلاب تهبش الفضلات ؟

إشراك أفراد آخرين في الملاحظة

تتيح الملاحظة الفرصة للمشاركة والتعلم . ويمكن تشجيع المريض المتردد على العبادة على ملاحظة بيئة منزله . ويمكن استفاد فئات المجتمع للملاحظة الظروف البيئية من حولهم والقيام بتقصي للمجتمع حتى يمكن اكتشاف المشكلات والاحتياجات .

إذا اشترك أفراد المجتمع في جمع المعلومات فإنهم سوف يتعلمون الكثير عن المشكلات التي تواجه مجتمعاتهم . كما أنهم سيكتشفون الموارد المتاحة ويكونون أفكاراً عن كيفية حل المشكلات . وبذلك يحسون أنهم مشتركون اشتراكاً فعلياً في تخطيط الأنشطة الصحية .

ولاشك أنه من الأفضل أن يبدأ الناس أنفسهم إجراء التقصي ومناقشة احتياجاتهم وتعهد أكثرها إلحاحاً بالإشتراك مع العامل الصحي ثم وضع الخطط .

ويمكن أن يتولى شخص واحد إجراء التقصي ، إلا أن ذلك يستغرق منه وقتاً طويلاً . لذلك فمن الأفضل الاستعانة بمجموعة صغيرة لهذا الغرض . فيمكن لنادي إحدى المدارس أن يتقصى المجتمع لمعرفة ما الذي يستطيع أعضاء النادي صنعه للنهوض بقريتهم أو بمحيم . كما أنه يمكن لأصحاب الرأي في المجتمع المشاركة في إجراء التقصي .



ينبغي تشجيع مشاركة الناس عند القيام بجمع المعلومات عن الاحتياجات الصحية وغيرها من احتياجات المجتمع . ويمكن على سبيل المثال تدريب تلاميذ المدارس على استعمال أشرطة قياس محيط الذراع . وبذلك يشاركون في معرفة ما إذا كان الأطفال دون سن المدرسة يتغذون جيداً أو يعانون نقص التغذية .

ولا يكفي مجرد جمع المعلومات . إذ لا بد من دراستها بعناية حتى يستطيع الناس التعلم منها . تناقش مع الناس . اجعل كل واحد يدلي بدلوه ويشارك بأفكاره . ساعد الناس على الوصول الى نتائج حول تحديد أهم المشكلات الخطيرة وأسباب وجودها . وانظر فيما إذا كان التفصي الذي أجروه قد أوحى بالموارد التي يمكن أن تُستغل في حل المشكلة .

استجواب الناس

إن استجواب الناس في لقاءات شخصية interviews وسيلة من وسائل جمع المعلومات عن طريق التواصل communication بين شخص يطلب المعلومات (الشخص الذي يجري اللقاء) وبين الناس الذين يمكنهم تقديم المعلومات (الأشخاص الذين يتم لقاءهم) .

إن مهارتك في إقامة العلاقات مع الناس مسألة هامة لنجاح اللقاء . فإن لم يثق فيك الشخص ، فإنه قد لا يتحدث معك بحرية وربما يدلي إليك بمعلومات زائفة . تأكد دائماً من أن الشخص الذي تُجري معه المقابلة يعرف من أنت ولماذا تريد التحدث معه .

ولابد من الإعداد للقاء بعناية . وقد يشمل اللقاء على التحدث مع جماعة من الناس في السوق ، أو على اجتماع خاص يقعد مع عمدة القرية ويتناول المشكلات الصحية الخطيرة في المجتمع . وفي كلتا الحالتين لابد أن يكون لديك مسبقاً فكرة واضحة عن نوع المعلومات التي تحاول جمعها .

ما الذي تسأل عنه

ربما تجد أنك محتاج إلى نوعين من المعلومات . فالأرجح حين البدء في برنامج ما أن تسعى إلى الحصول على معلومات عامة . وقد تتعلق هذه المعلومات بأسلوب حياة المجتمع ويختلف الاحتياجات من وجهة نظره .

ثم تسعى فيما بعد إلى الحصول على معلومات محددة . فعن طريق اللقاءات العامة ربما تكون قد علمت مثلاً أن أشخاصاً كثيرين يشعرون أن البلدة في حاجة إلى إقامة سوق جديدة . فيجري لقاء خاص هدفه التعرف على المشكلات المتعلقة بالسوق القائمة ، والإجراءات التي سبق أن اتخذت لإزاء تلك المشكلات ، والأفكار المطروحة لتحسين السوق ، والإسهامات التي يكون الناس على استعداد لتقديمها لحل تلك المشكلات .

من الذي يجري معه اللقاء

الخطوة التالية هي أن تقرر من الذي ستقابله . ويمكن لقاء الناس في شكل جماعات . فإن كان الأمر يتعلق بإنشاء سوق جديدة فيمكنك حضور اجتماع الجمعية التي تضم تجار السوق وإسألهم عما إذا كانوا مستعدين لمناقشة أفكارهم ومشاعرهم معك . فإذا وافقوا على ذلك يمكنك أن تمضي في اللقاء الذي من خلاله يمكنك أن تجمع قدراً من المعلومات أكبر مما كنت تحصل عليه لو أنك التقيت بهم فرادى .

ويمكن أن يكون اللقاء الجماعي نقطة البدء لحل مشاكل المجتمع . فأعضاء المجموعة ليسوا قادرين على التعرف على المشاكل الملحة فحسب ، بل لأنهم يستطيعون أيضاً المناقشة وفهم أسباب وجود هذه المشاكل . وما أن يتم ذلك ، حتى يمكن للمجموعة الاستمرار لمناقشة الحلول الممكنة .



إن مقابلة الناس في اجتماع يعقد لأفراد المجتمع هي إحدى طرق جمع المعلومات عن احتياجات المجتمع ومشكلاته . وفي الصورة سكان إحدى القرى وقد اجتمعوا لمشاركة العامل الصحي مشاكلهم .

لكن هناك أوقات أخرى تكون فيها مقابلة الأفراد ضرورية . فليس كل فرد على استعداد لمشاركة أفكاره أو طرح آرائه الحقيقية على مجموعة من الناس . ففي مثلنا عن السوق قد تكون الآراء متباينة بحيث ربما يؤدي الحديث في مجموعة من الناس إلى إثارة الغضب . وفي مثل هذه الحالة تكون اللقاءات الفردية هي أفضل الطرق لمعرفة ما يريده كل شخص حقاً . واللقاء الفردي هو الطريقة المعتادة لمساعدة المرضى الذين يلجأون إليك طلباً للرعاية الصحية .

ومن المهم جداً لقاء القادة المحليين بالإضافة إلى لقاء الجماهرة العامة . وتحدث أيضاً مع الأشخاص الذين قبلوا أفكاراً جديدة مثل طرائق تنظيم الأسرة أو المراكز الصحية . وابحث عن سبب قبولهم هذه الأفكار الجديدة ، فلسوف يساعدك ذلك على استكشاف عملية التغير في مجتمعك المحلي .

إن كنت تسعى إلى معرفة أفكار العديد من الناس حول مشكلة ما ، فعليك أن تتخذ الموضوعات التي تود أن تناقشها والأسئلة التي ترغب في طرحها قبل أن تذهب للقائهم . وتأكد من أنك تطرح نفس الأسئلة بنفس الطريقة على كل فرد ؛ إذ أن طرح أسئلة بطرق مختلفة على أناس مختلفين يؤدي إلى إجابات مختلفة ومشوشة . وإذا حدث ذلك فقدت المعلومات جدواها .

كيف نطلب المعلومات

نُستخدم في اللقاء أسئلة وتعليقات من شأنها حفز الناس على الإدلاء بالمعلومات .
ولابد من التدقيق في اختيار الكلمات المستخدمة لأن الكلمات تؤثر في كيفية إجابة
الناس عن الأسئلة .

وهناك أربعة أنواع من الأسئلة أو التعليقات ، ولكنها لا تؤدي جميعاً إلى معلومات
مفيدة .

فلنأخذ مثال السوق مرة أخرى لنرى كيف يمكن استخدام هذه الأنواع الأربعة من
الأسئلة لاستقاء معلومات محددة عن المشكلة . وكما ستري هناك أنواع من الأسئلة
أفضل من غيرها :

« هل تربتنا في حاجة إلى سوق جديدة ؟ »

هذا سؤال بسيط ومباشر ويمكن الإجابة عنه بكلمة « نعم » أو « لا » ، ولكن إذا
بدأنا اللقاء بهذا النوع من الأسئلة فقد ينجم عنه بعض المشكلات . فاولاً ، قد يحاول
الضيف تخمين رأي الشخص الذي يجري اللقاء ، أو رأي قادة القرية فيجب بالطريقة
التي يفترض أن يجيب بها وليس بالطريقة التي يشعر بها في الواقع .

وثانياً ، إن هذا النوع من الأسئلة لا يُفسح المجال للمناقشة . فإن الإجابة بكلمة
« نعم » أو « لا » لا تُظهر مجموعة المشاعر والآراء التي لدى الشخص نحو
الموضوع . فقد يجيب الشخص بكلمة نعم مع أنه يشعر في الواقع أن السوق لا تمثل
أكثر المشكلات إلحاحاً وأهمية في هذه اللحظة . إن السؤال المباشر لا يحفز على الإفصاح
عن رأيه .

ومن الأفضل ترك الأسئلة المباشرة حتى مرحلة متأخرة في اللقاء . وبعد أن يبدأ
الشخص في إبداء آرائه بصراحة يمكن عندئذ توجيه الأسئلة المباشرة بهدف توضيح
النقاط المطروحة .

« ألا تشعر أن تربتنا في حاجة إلى سوق جديدة ؟ »

هذا سؤال توجيهي لأنه يوجّه الشخص إلى الإدلاء بإجابة واحدة . والناس يميلون
ببساطة « بنعم » عن مثل هذه الأسئلة . وعندما تبدأ الأسئلة على النحو التالي :

« ألا تتقعد أن ... » « أليس صحيحاً أن ... » « ألا ترى أن ... » « ألم يكن ينبغي أن ... » فإنها تجعل الناس يجيئون إجابة ذات جانب واحد . ومن الخطر استخدامها في اللقاءات لأن الإجابات سوف تأتي دائماً بالإيجاب ، وقلما يفصح الجيئون عن آرائهم الحقيقية .

« هل لقرنتنا أن تنشئ سوقاً جديدة هذا العام أم في العام القادم ؟ »

هذا سؤال قائم على الاختيار الإجباري . فهو لا يعطي الجيب إلا اختياراً واحداً من اختيارين هما « هذا العام » أو « العام القادم » . ومن المؤكد أن الجيب سيختار أحد البدلين رغم أنه قد يكون لديه رأي مختلف تماماً . فلعله يود أن يقول « خلال خمس سنوات » أو يقول « لا مطلقاً » .

« أرحو الإنصاح جن رأيك في سوق قرنتنا » .

هذا أسلوب يؤدي إلى تعليقات مفتوحة . فمثل هذا السؤال يتيح للمجيب أن يجيب بحرية . إستمع بعناية إليه لتشجيعه على التعبير عن نفسه بصراحة تامة .

وبعد أن يُعبر الشخص عن أفكاره ، قل له « أحسنت . هل من مزيد ؟ » وهنا تستطيع أيضاً أن تطرح عليه أسئلة مباشرة بعد أن يكون قد شعر بالحرية في التعبير عن رأيه .

هـب أنك تستجوب أمأ بشأن طفلها المريض ، وأنت تلاحظ أن وزن الطفل صغير جداً بالنسبة لعمره ، ولذلك فأنت في حاجة إلى معرفة المزيد عن نظام تغذيته . وفي الصفحة المقابلة نماذج من الأسئلة والبيانات التي يمكن أن تستهل بها اللقاء مع الأم . ضع علامة X في العمود الذي تراه مناسباً : أسئلة يجب أن لا تستخدم مطلقاً ، أسئلة يمكن طرحها في مستهل اللقاء ، وأسئلة يمكن طرحها في وقت لاحق من اللقاء .

فكر جيداً في الأسباب التي جعلتك تضع العلامة X على النحو الذي وضعته . ناقش هذه المسألة مع زملائك في العمل ، وقارن إجاباتك بتلك الواردة أدناه .

افترض أنك سُجري مغالبة مع عضو من أعضاء الجمعية التعاونية الزراعية المحلية . وكان الفلاحون يعانون من مشكلات لدغ الثعابين . ضع نماذج للأسئلة والتعليقات التي يمكن أن تستخدمها في مستهل اللقاء .

متى يجوز لك أن تستخدم الأسئلة والبيانات			نماذج من الأسئلة والبيانات
في وقت لاحق	في مستقبل اللقاء	لا مطلقاً	
			١ - هل يأكل الطفل فاكهة ؟
			٢ - مرحباً بك في العيادة .
			٣ - كم مرة يأكل في اليوم ؟
			٤ - ألا تقدمين له بيضاً ؟
			٥ - من فضلك حدثيني عن الأطعمة المفضلة لديه .
			٦ - هل تقدمين له حبوباً أم بيضاً أم خبزاً في وجبة الفطور ؟
			٧ - ألا تحسن به أن يتناول المزيد من الفول ؟
			٨ - دعينا نناقش عادات طفلك الغذائية حتى يتمكن كلاً من الحفاظ على صحته .
			٩ - هل هناك أي أطعمة يرفض تناولها ؟
			١٠ - من فضلك حدثيني عن أي مشكلة تواجهك بخصوص تناول طفلك لطعامه .
			١١ - هل يتناول معظم طعامه في الصباح أم في المساء ؟
			١٢ - أليس من الأفضل أن يتناول مزيداً من اللحوم ؟

يمكنك أيضاً تقديم تمثيلية عن هذا الموضوع بالاشتراك مع أحد أصدقائك أو زملائك في العمل بحيث يضغط بدور المزارع الذي تستجوبه (انظر الصفحة ١٧٨ لمزيد من التفاصيل عن التمثيليات) . أدع بعض الأشخاص لمشاهدتك ، إذ يمكنهم أن يخبروك عما إذا كانت أسئلتك جيدة ، وما إذا كانت الأسئلة التي طرحتها جعلت الشخص الآخر يرد بإجابات جزئية أو زائفة .

هذا إجابات عن الأسئلة والبيانات التي وودت في الصفحة السابقة كان المقروض أن تضع علامة x في العمود الأول أمام الأرقام ٤ ، ٦ ، ٧ ، ١١ ، ١٢ ، وفي العمود الثاني أمام الأرقام : ٢ ، ٥ ، ٨ ، ١٠ ، وفي العمود الثالث أمام الأسئلة رقم ١ ، ٣ ، ٩ (كما أن السؤال رقم ٥ يمكن أن يدخل في هذه المجموعة أيضاً) .

استخدام السجلات والوثائق

يمكن للمعلومات المكتوبة أن تعيننا على معرفة الكثير عن المجتمعات والناس الذين نعمل معهم . إن معظم المؤسسات والمنظمات تحتفظ بسجلات وتقارير عن نشاطاتها ، وبالأطلاع على تلك السجلات والتقارير نستطيع أحياناً أن نتعرف على طبيعة المشكلات الصحية . فعلى سبيل المثال ، قد نجد أن بعض الأمراض تنتشر في بعض الفصول أكثر من غيرها ، مما يعطينا فكرة عن أنسب الأوقات لوضع خطة للعمل .

ومن أمثلة السجلات إصابات (ملفات) مرضى العيادة ، والتقارير السنوية للهياكل ، والتقارير الشهرية المتعلقة بالتردد على العيادة والأمراض الشائعة ، وكذلك المقالات الصحفية حول أهم الأحداث ، وخطط البرامج ، وتقارير المؤسسات عن استخدام الأدوية والإمدادات وكذلك التقارير الخاصة بالتغيب عن المدارس وأماكن العمل والكتب والنشرات المجلات .

السجلات المفيدة للعمل مع الأفراد

هـب أنك تعمل في مركز صحي ، وحضرت إليك أم تصطحب طفلها المصاب بالإسهال . في هذه الحالة قد تنطوي بطاقة الطفل على معلومات تفيد في التعرف على مشكلته الصحية وحلها . تحقق من عدد مرات إصابة الطفل بالإسهال . فإذا كان قد حضر عدة مرات خلال السنة الماضية وهو يعاني نفس المرض ، فيمكنك أن تشبه

- من بين أشياء أخرى - في سوء إصحاح البيئة المنزلية التي يعيش فيها هذا الطفل ، ويمكنك بعد ذلك استجواب الأم بشأن الممارسات الصحية ثم القيام بزيارة لمنزلها .

ومن المصادر الأخرى للمعلومات الوزن المسجل للطفل . فأي نقص مفاجئ في الوزن ، أو عدم زيادة الوزن ، لابد وأن يبعث على القلق . والأسباب المحتملة لنقص الوزن قد تعزى إما إلى مرض الطفل وإما إلى فطامه على أساس غذائي غير سليم ، وربما تكون وجود أزمة مالية أو حالة وفاة في العائلة . ويمثل سجل الوزن مفتاح حل المشكلة الصحية على أن يلي ذلك إجراء الاستجواب اللازم .

إن الأدوية الموصوفة في الزيارات السابقة تُسجل أيضاً في بطاقة المريض . ويمكن استخدام هذه المعلومة لمعرفة ما إذا كان الطفل قد تناول الدواء على وجه صحيح ، وما إذا كان قد استفاد منه أو أنه عانى من آثار جانبية له . ومثل هذه المعلومات مفيدة في التخطيط لمعالجة الطفل مستقبلاً . وأخيراً ابحث عن معلومات أخرى مفيدة مثل التاريخ الشخصي وتاريخ العائلة بالإضافة إلى الملاحظات المسجلة من قبل العاملين الصحيين الآخرين .

السجلات المفيدة للعمل مع الجماعات

تبين سجلات الحضور المدرسية ما إذا كان هناك عدد كبير من التلاميذ قد تغيبوا في الأيام الأخيرة وإلى أي الفصول (الصنوف) ينتمون . وإذا ارتفعت معدلات الغياب أو حدث تغير في نمطها المعتاد فلا بد من دراستها . إن المناهج الدراسية تمثل ما ينبغي للتلاميذ تعلمه من وجهة نظر وزارة التربية والتعليم . فاطلع على المنهج الدراسي وقارنه - من خلال الملاحظة والاستجواب - بما يجري تدريسه بالفعل عن الصحة .

كما أن سجلات الجمعيات التعاونية للمزارعين تعطينا فكرة عن احتياجات المزارعين . فالتغذية والصحة مرتبطان بإنتاج الطعام . وتبين السجلات المتعلقة بأنواع الطعام والكميات المنتجة منه الجوانب المحتاجة إلى تحسين .

وقد تساعد سجلات العيادات على تفهم مشكلات جماعات الفلاحين واحتياجاتها . فابحث في هذه السجلات عن الأمراض الشائعة بين الفلاحين مثل الدودة الشصية (الانكلستوما) ولدغات الثعابين .

السجلات المفيدة في تحديد احتياجات المجتمع

تبين سجلات العيادات - على مستوى المجتمع - الأمراض الرئيسية التي يبلغ عنها الناس . فادرس سجلات الأعوام الماضية لترى ما إذا كانت تلك الأمراض في زيادة أو نقصان . وتذكر أن بعض المرضى لا يترددون على العيادة ، ومن ثم فإن هذه السجلات لن تدلك على كامل الحقيقة بالنسبة لمشكلات المجتمع الصحية .

وثمة مصدر آخر من مصادر المعلومات يتمثل في التقارير السنوية والنشرات وغيرها من المواد الصادرة عن المؤسسات الحكومية وغير الحكومية . وتلك هذه التقارير على الأرجح التي تعد وتتخذ لحل مشكلات المجتمع .

قم بزيارة المركز الصحي أو العيادة الصحية . ولتبن أنواع السجلات التي يُحفظ بها وتلك التي تُرسل إلى مقر الإدارة الإقليمية أو الرئيسية . واطلب الاطلاع على بعض هذه التقارير وادرسها واضعاً في اعتبارك هذه الأسئلة :

ماهي أكثر المشكلات الصحية شيوعاً ؟ وأتأ يتسبب في غالبية الأمراض ؟ وماهي أشد هذه المشكلات خطورة في إحداث معظم الوفيات وحالات العجز ؟

هل هناك أرقام لعدد مرات التردد على العيادات ؟ وهل هذا التردد في ازدياد أم في نقصان أم في ثبات ؟ وماهي الأسباب المحتملة لذلك ؟ .

هل تعتقد أن سجلات العيادات تبين - على وجه الدقة - احتياجات المجتمع الصحية ؟ هل هناك عدد كبير من الناس لا يذهبون إلى العيادة حين يمرضون ؟

هل يعرف أصحاب الرأي في مجتمعك ماهي أكثر المشكلات شيوعاً وخطورة من بين المشكلات المشاهدة في العيادة ؟ وإن كانوا لا يعرفون فكيف تستطيع مساعدتهم على معرفتها ؟

قم بزيارة المدارس المحلية . ماهي أنواع السجلات الموجودة لديها ؟ وما الذي تستطيع معرفته من هذه السجلات ؟

فهم المشكلات

إنك لن تستطيع حل أي مشكلة ما لم تفهم العوامل التي ينطوي عليها فهمها واضحاً . فهناك أسباب كثيرة تحتاج إلى الدراسة بعناية .

لماذا توجد المشكلات ؟

أهم كلمة في هذا القسم هي لماذا ، وسوف يتبين من المعلومات المجمعة عن المجتمع أو عن الأفراد أن بعض الأمور يسير على مايرام ولكن هناك مشاكل كثيرة أيضاً . وبمجرد معرفة أن الأحوال تسير سيراً حسناً أو مضطرباً لا يكفي لتخطيط أي برنامج .

فمن الضروري مثلاً معرفة لماذا أحد مشروعات المجتمع ناجح أو لماذا الناس أصحاب حتى نستفيد من هذه المعرفة في تكرار هذا النجاح في المستقبل . وعلى نفس هذا النوال يجب أن نعرف لماذا توجد المشكلات حتى يمكن اتخاذ الخطوات المناسبة لإيجاد الحلول المناسبة لها .

لقد كتبنا الفصل الأول ليساعدنا على فهم أسباب حدوث المشكلات وأسباب عدم حدوثها . اقرأ الأمثلة الأربعة التالية . وارجع إلى الفصل الأول ، وانظر فيما إذا كنت تستطيع التفكير في بعض المبررات الممكنة لأسباب وجود مشكلات لدى بعض الناس وعدم وجودها لدى البعض الآخر .

في إحدى القرى يُحضر خمسون من كل مئة من الأمهات أطفالهن في الموعد الشهري إلى عيادة رعاية الطفل . وفي قرية أخرى يُحضر خمس وعشرون من كل مئة من الأمهات أطفالهن . فلماذا ؟ .

أتى رجل إلى العيادة مرتين خلال العام الماضي وهو يشكو من الديدان المستعرة . بينما لم يعاني جاره هذه المشكلة . فلماذا ؟

في شهر تشرين الأول/أكتوبر كان عدد المصابين بالسعال قليلاً جداً في إحدى القرى . وفي شهر آذار/مارس تضاعف العدد ثلاث مرات . فلماذا ؟

في إحدى القرى قام الناس بإنشاء المراحيض والآبار والمدارس الخاصة بهم بينما لم يكن لدى قرية مجاورة أي من هذه المرافق . فلماذا ؟

إشراك المجتمع

ليس العامل الصحي أو عامل المجتمع هما فقط اللذان ينبغي لهما أن يفهما أسباب حدوث المشكلات أو عدم حدوثها . فأفراد المجتمع أيضاً عليهم أن يفهموا ذلك . ومن شأن الاجتماعات والمناقشات التي تُعقد مع الأفراد والجماعات وممثلي المجتمع أن تساعد الناس على معرفة أسباب المشكلات ودراستها . وبهذه الطريقة تمكن مشاركة المعلومات

التي تجمع عن المجتمع ودراستها . وعندما يعرف أعضاء المجتمع المزيد عن مشكلاتهم تزيد قدرتهم على حسن اختيار الإجراء اللازم لحلها .

دور السلوك

إن بعض أنواع السلوك ، شأنها شأن بعض المعتقدات ، قد يحسّن الصحة وبعضها قد يفضي إلى المرض . وليس لبعضها أي أثر ، أو على الأقل آثاره غير معروفة . ولقد ناقشنا ذلك في الفصل الأول .

وعندما ندرس السلوك الصحي فإن أول ما ينبغي أن نفعله هو أن نفهم لماذا يتخذ بعض الناس إجراءات معينة من شأنها أن تحسّن الصحة . فما هي الموارد والمعتقدات والقيم ومن هم الناس ذوو المكانة الذين يشجعون على السلوك الصحي أو يجعلونه محكماً ؟ وماهي الأنشطة التي يمكن التخطيط لها لدعم العادات الصحية وتعزيزها ؟

يأتي بعد ذلك موضوع دراسة السلوك غير الصحي . فإذا أظهرَ الناس رغبة في تحسّن أوضاعهم فهناك على الأقل ثلاثة أمور يمكنك القيام بها لتغيير العادات غير الصحية :

- تجاهل السلوك غير الصحي وشجع سلوكاً صحياً بديلاً يكون موجوداً بالفعل .
- غَيّر من السلوك غير الصحي تغييراً طفيفاً لتزيل بعضاً من جوانبه الأعظم خطراً .
- استبدل عادات جديدة تماماً بالعادات غير الصحية .

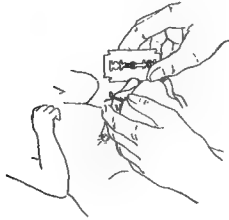
إن فهم الوضع القائم أمر ضروري لتحديد أي من هذه الإجراءات هو الأفضل . ولما كان السلوك يمثل جزءاً من أسلوب حياة المجتمع أو ثقافته ، فلعل أفضل خطوة هي تشجيع العادات الصحية الموجودة بالفعل لتكون بدائل للعادات غير الصحية . وإذا لم توجد بدائل مناسبة ومقبولة يكون الاختيار التالي هو إيجاد السبل لتغيير السلوك الضار تغييراً طفيفاً . وأصعب هذه الإجراءات الثلاثة هو أن يحاول الناس استبدال عادات جديدة تماماً بالعادات القديمة المألوفة .

وفيما يلي مثال يبين كيف أن فهم السلوك فهماً واعياً يمكن أن يؤدي إلى التصرف المناسب :

في إحدى القرى دأبت الدابات على استعمال قطع من الزجاج الأخضر لقطع الحبل السري للمواليد . وكان يعتقد أن للزجاج قوة سحرية تحمي الوليد . وللأسف كان في هذه القرية معدل مرتفع للإصابة بالكزاز (التتanos) بين المواليد .

وأثناء إحدى المناقشات اعترفت الدابات بأنهن قلقات من انتشار هذا المرض لكنهن لا يعرفن ما العمل . أما من وسيلة أخرى لقطع الحبل السري ؟

لم تكن هناك وسائل أخرى مستخدمة في هذه القرية ، ولكن إحدى السيدات قالت إن بعض الدابات في القرى المجاورة تستخدمن السكين . فقالت إحدى الدابات المستات للجماعة أنها تعتقد أن بالمعدن أرواحاً شريرة تؤذي الوليد ، ولهذا لم تكن السكين بديلاً مقبولاً . وعندها أدركت العاملة الصحية التي كانت حاضرة المناقشة أن الاستماضة بمادة جديدة مثل استخدام شفرات حلقة جديدة نظيفة لن تُجدي لأنها مصنوعة من المعدن . فهل من الممكن تغيير العادة الحالية تغييراً طفيفاً ؟ إن القطع الزجاجية الحادة يُمكنها أن تقطع الحبل السري تماماً كما تفعل الشفرات . والمشكلة هي أن قطعة الزجاج القنطرة يمكن أن تسبب الكزاز . والتعديل البسيط الذي يمكن إدخاله هو وضع الزجاج قبل استعماله في ماء مغلي لقتل الجراثيم . ولاق ذلك الاقتراح قبولاً لدى الدابات .

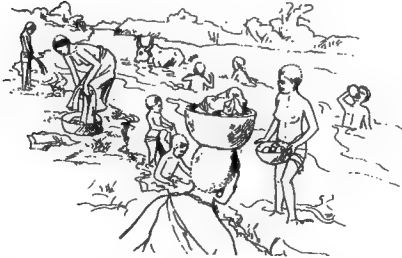


إن استخدام شفرة حلقة (موس) جديدة نظيفة في قطع الحبل السري للمولود عادة صحية يمكن للدابات اتباعها إذا لم تكن العادات المحلية مأمونة . وكثيراً ما يمكن تعديل العادات الشائعة أو إيجاد بدائل تتمتع بنفس القدر من الأمان وتتمشى بطريقة أفضل مع المعتقدات والثقافة المحلية .

من يمكنه حل المشكلات ؟

بعض المشكلات يمكن أن تحل بالجهد الفردي وحده ، بينما يتطلب بعضها الآخر تعاون وتضامن جهود العديد من الناس أو المجتمع بأكمله . ومن أمثلة ذلك أن مجتمعاً ما قد يعاني من الآثار السيئة لتردي صحة البيئة . فسلوك الأفراد والأمور يسهم في حدوث هذه المشكلة لأن النفايات والبراز والفضلات تكون متناثرة في كل مكان . ولحل تلك المشكلة قد يحتاج المجتمع بأكمله إلى إقامة نظام لجمع الفضلات والتزويد بالمرحاض عن طريق عمل جماعي تعاوني . ثم يأتي دور الأفراد والأمور في استعمال هذه المرافق بطريقة صحية . وفيما يلي أمثلة أخرى :

- إن الفرد يمكنه أن يضطلع بمسؤولية التصحيح الشخصي والحفاظ على صحته .
- إن التغذية الجيدة عادة ما تكون مسؤولية العائلة بأكملها .
- لاستئجار أحد الجرارات قد يلزم أن تتعاون مجموعة من الفلاحين على اقتسام التكاليف .
- إن ضمان مورد ماء مأمون يقع ضمن مسؤولية المجتمع .
- إن الحكومة مسؤولة من خلال وزارة الصحة عن الإمداد باللقاحات .



قد يلزم أن يتخذ المجتمع بأكمله إجراءات لحل مشكلة ما ، وتلك هي الحال عندما تتعلق المشكلة بمبادرات سيئة شائعة ومقبولة في المجتمع .

ما نوع المساعدة المطلوبة ؟

فلنفكر بأحد الأمراض وليكن التدنر مثلاً . ربما يكون بعض الناس في المجتمع قد أصيبوا حديثاً بهذا المرض . وهم يحتاجون إلى المعالجة ، ويحتاجون إلى تعاطي الأدوية بصورة منتظمة . لقد نقص وزنهم وأصابهم الضعف الشديد ، بل ربما يكونون قد فقدوا وظائفهم بسبب المرض . إنهم في حاجة إلى التأهيل ليساعدهم على استعادة صحتهم ووظائفهم حتى يعودوا إلى حياتهم العادية . والكثيرون ليسوا مرضى ولكنهم يحتاجون إلى إجراء وقائي ليظلوا أصحاء . وهذا يتضمن تطعيمهم . ليس هذا فحسب بل إن الأمر يقتضي تعزيز بعض التدابير الصحية أيضاً مثل التغذية الملائمة .

ويمكنك أن تتبين أن الأمر يتطلب أنواعاً من السلوك تختلف باختلاف الرغبة في الوقاية من التدنر أو في معالجة المرض أو في توفير التأهيل . ويصدق ذلك على معظم المشكلات .

حاول أن تفهم السلوك المتعلق بكل مرحلة من مراحل المشكلة . وضع خططاً للبرامج التثقيفية لتساعد الناس على اتباع نوع السلوك الذي يقيم المرض أو الذي يشفيهم إذا كانوا مرضى ، أو الذي يساعدهم على الحياة حياة سوية إذا أقعدهم المرض .

اتخاذ القرارات بشأن الأولويات والأهداف والإجراءات

لكي ينتج البرنامج يجب أن نعرف بصورة واضحة ما نرغب عمله وكيف سنؤديه .

في الأجزاء الأولى من هذا الفصل ناقشنا كيف يمكن التعرف على احتياجات الأفراد والجماعات والمجتمعات التي نحاول مساعدتهم . وعادة ما تكون للناس احتياجات كثيرة ، ولا يمكن تلبية جميع الاحتياجات في الحال ، ومن ثم علينا أن نقرر أي المشكلات نحاول حلها أولاً . وهذا ما يسمى تحديد الأولويات .

وبعد أن يتخذ الناس قراراتهم بتحديد أولويات احتياجاتهم يمكنهم التفكير فيما ينبغي عمله للوفاء بهذه الاحتياجات . وعليهم توضيح ما يريدونه بالضبط ، أو بتعبير آخر عليهم توضيح أهدافهم .

وبعد فهم المشكلة ووضع الأهداف نصب أعينهم يمكنهم التفكير في أفضل السبل لمعالجة المشكلة ، أي الإجراء الذي يتعين عليهم اتخاذه . وهذا ما يسمى بوضع الاستراتيجية .

على الناس أن يحددوا أولوياتهم وأهدافهم ، والاستراتيجيات المناسبة لها . وللقيام بذلك سوف يحتاجون إلى مساعدة المهنيين المتخصصين . ولكن يجب أن تكون الخيارات النهائية لأفراد المجتمع .

تحديد الأولويات

تحديد الأولويات الخاصة بالأفراد

ليس من السهل دائماً معرفة أي المشكلات نبدأ بمواجهتها ، فلدى الناس كثير من المشكلات الملحة كمثل المشكلات العائلية التي سنتحدث عنها فيما يلي :

لدى السيدة علي خمسة أطفال يبلغ أكرمهم من العمر ثلثي سنوات وأصغرهم تسعة أشهر . وهاهي حامل من جديد . وتعيش العائلة في حجرة واحدة مركبة من ألواح خشبية وسقفها مكون من رقائق معدنية . وتتصق هذه الحجرة بالجدار الخلفي لمنزل والد السيدة علي التي ليست في كامل قوتها هذه الأيام . ولم يكن لديها عمل منتظم طوال السنوات الأربع الماضية .

وعمل زوج السيدة علي هو صيد السمك ، وفي الأيام الأخيرة لم يحالفه الحظ كثيراً في الصيد . وهو يقضي الآن شهوراً عديدة يعمل في المدينة باليومية . والمبلغ الصغير الذي يعود به من المدينة إلى عائلته يكفي بالكاد لإطعامها . وفي الواقع كان أطفاله جميعاً دون الوزن الطبيعي بسبب ما يتناهم من الملل .

وناقش الزوجان مشكلتهما مع العامل الصحي . وفيما يلي بعض الاحتياجات التي ذكرها :

- مكان أفسح ليعيشوا فيه .
- مزيد من المال .
- وظيفة للسيدة علي .
- مهارات يتعلمها الزوج تمكنه من الحصول على وظيفة أفضل .
- طعام للأطفال .

- دواء للأطفال .
- دواء وراحة للسيدة علية .
- وسيلة لإيقاف زيادة عدد أفراد العائلة .
- ملابس جديدة حتى يكتسبوا احترام غورهم من القرويين .
- مذباغ (راديو) يؤنس السيدة علية في وحدتها .

للوهلة الأولى تبدو بعض هذه الاحتياجات أهم من بعضها الآخر . لكن لا يمكن أن يقتصر اختيار الأولويات على أساس ما يبدو أنه الأهم . فلابد من وجود ممرات لهذا الاختيار . وفيما يلي أربعة أسئلة يمكن أن يستعين الناس بها على رؤية مشكلاتهم بوضوح ، وأن تسهل عليهم اختيار أولوياتهم . لاحظ أنه أثناء المناقشة يدرك الناس أن احتياجاتهم مرتبطة بعضها ببعض . والوفاء بحاجة ذات أولوية يمكن في الحقيقة أن يحل أيضاً مشكلات أخرى كثيرة .

ماهي أشد المشكلات خطورة ؟

بالنسبة لعائلة السيدة علية قد تكون أشد المشكلات خطورة هي نقص الطعام . فالأطفال سيئو التغذية أكثر اعتماداً للاصابة بكثير من الأمراض التي قد تصيبهم بالعجز بقية حياتهم .

أين تكمن أعظم الفوائد المستقبلية ؟

لا يتصب اهتمام الناس على إيجاد حل مؤقت للمشكلات وحسب ، بل يمتد إلى جعل المستقبل أكثر إشراقاً . فتزويد زوج السيدة علية بالمهارات يؤهله للحصول على وظيفة أفضل ذات أجر أعلى . وهذه الوظيفة تحسّن أحواله في الحاضر والمستقبل .

ماهي الاحتياجات التي يمكن الوفاء بها بالموارد المتاحة ؟

ليس لدى العائلة إلا قليل من المال . وليس من المحتمل أن تحصل السيدة علية على عمل في الوقت الحاضر . وربما لا تستطيع هذه العائلة بمواردها الحالية أن تحصل على الطعام والملابس الجديدة والمذباغ . بل إنها لا تستطيع تحمل نفقات بعض الأطعمة المعينة . ولكن يمكنها في حدود مالدنيا من موارد الحصول على بعض الأطعمة المغذية والرخيصة في نفس الوقت وذلك من السوق المحلية .

ماهي المشكلات التي يوليا الناس أعظم الاهتمام ؟

أكثر ما يهتم به السيدة عليّة هو المذيع ، ولكنها وزوجها مهتان بإيجاد عمل للزوج له عائد أكبر . والناس أكثر ميلاً إلى العمل على حل المشكلات التي يهتمون بها أكثر من تلك التي لا يولونها اهتماماً . وكلما زاد عدد الناس المهتمين بالمشكلة زاد احتمال حل تلك المشكلة .

وبعد أن ناقش الزوجان كل هذه الأسئلة استقر رأيهما على أن أولوياتهما المباشرة هي تدريب الزوج على عمل وشراء المزيد من الأطعمة المغذية للعائلة في حدود الميزانية المتاحة .

تحديد الأولويات الخاصة بالمجتمعات

لأبد من دراسة الأسئلة الأربعة ذاتها في الاجتماعات التي تناقش فيها المجتمعات أولوياتها . وعندما يشارك عدد كبير من الناس في المناقشة يتوافر عدد كبير من الآراء للدراسة . وفي هذه الحالة يستغرق تحديد الأولويات وقتاً أطول مما لو كان الأمر يتعلق بشخص أو شخصين فقط .

إن الألعاب التثقيفية educational games تساعد على توضيح ما تتضمنه عملية تحديد أولويات المجتمع . ويمكن أن تقوم بهذه الألعاب مجموعة من العاملين الصحيين أو العاملين في تنمية المجتمع ، أو تلاميذ أحد فصول المرحلة الثانوية أو حتى مجموعة من صفوف أعضاء المجتمع . ونورد فيما يلي مثلاً لاستخدام هذه الألعاب في مساعدة المجتمع على اختيار أولوياته وأهدافه واستراتيجياته .

يمكن وضع حوار مبسّط يقوم على دراسة حالة إحدى القرى الصغيرة الكثيرة المشكلات . ويؤدي كل مشترك في اللعبة دور أحد أفراد القرية . ويختار كل ممثل منهم مهنة وهوية مختلفة . ويُطلب منه أن يعبر عن رأيه الخاص عن أهم الاحتياجات وسبب أهميتها والأولويات التي تحتاج إلى اتخاذ إجراءات فورية . ومع تقدم الأحداث سرعان ما يتضح أن الناس مع تبين خلفياتهم وآرائهم سيرون فائدة أكبر في حل مشكلة ما دون أخرى . وهذا النهج سوف يُضفي حيوية على المناقشة . ويمكن أن يقوم بهذه اللعبة عشرون شخصاً تقريباً . ويمكنك بالطبع أن تبتكر ما تشاء من الأدوار تبعاً لعدد أفراد المجموعة .

إبدأ أولاً بقراءة متمهلة - على أسماع المجموعة - لقصة القرية الواردة في آخر الصفحة ووزع الأدوار المختلفة على الأشخاص المشاركين فمنهم مثلاً المزارع والحلاق والنساج وخباز الأطعمة . ثم أعد قراءة القصة بصوت عالي ، اقرأ الأسئلة الأربعة التي سبق أن ذكرناها في الصفحتين ٦٦ و ٦٧ ، واطلب من كل شخص أن يفكر في هذه الأسئلة جيداً . وعند ذلك ينبغي أن تبدأ المجموعة المناقشة وتحاول أن تتفق على أهم أولوية أو أولويتين . ولا يلزم أن يجلس الحاضرون في شكل مجموعة كبيرة . إذ يمكن أن ينقسموا إلى جماعات صغيرة لكل منها اهتمامها الخاص . ويمكن أن ينتقل بعض الأفراد من مجموعة إلى أخرى محاولين الحصول على تأكيد لآرائهم . ويجب عليك أن تنتقل بين أفراد المجموعة وتنصت إليهم . ذكّرهم بالأسئلة الأربعة الخاصة بتحديد الأولويات (ويمكنك كتابته هذه الأسئلة على لوحة أو ملصق إذا كان المشاركون ملمين بالقراءة) . وذكر الناس أيضاً بأن الوفاء بالاحتياجات يتطلب عادة وقتاً ومالاً . فشجّع المثليين على إيجاد أرخص السبل للوفاء بالاحتياجات في نطاق الموارد المتاحة .

دع اللعبة تستمر حوالي ساعة . وبعد ذلك أوقف المناقشة حتى إذا لم يكن قد تم اختيار الأولويات . ثم ناقش المشتركين فيما تعلموه عن تحديد الأولويات . وناقش كيف يمكن للمجموعة أن تحسن مهاراتها الخاصة بتحديد الأولويات .

واليك قصة قرية حوران التي يمكنك استخدامها أو مواعمتها لتناسب مع ظروف القرى التي تعمل فيها :

إن حوران قرية صغيرة من قرى الريف يقطنها ٣٠٠ نسمة ، وتوجد بها سوق كبيرة تجذب الناس عادة من جميع المناطق المحيطة بها . وللأسف أصبح طريق القرية غير المعبد الذي يبلغ طوله خمسة كيلومترات شديد الوعورة . وقّل عدد الوافدين إلى القرية ، فكدت التجارة في السوق ، وخسر القرويون الكثير من الأموال . إن الطريق يحتاج إلى الإصلاح .

وأقرب مورد للماء ترعة تبعد عن القرية كيلومترين . وهي تجف في أوقات محددة من العام . والبلدة الرئيسية في المنطقة التي تبعد حوالي عشرة كيلومترات بها شبكة أنابيب لتوزيع الماء . ويعتقد أهل قرية حوران أن من حقهم أن تكون لهم شبكة أنابيب ماثلة .

وتقع أقرب مدرسة إلى حوران في قرية أخرى يربطها بها درب يمتد عبر العاية . وكان الأطفال يتعرضون للدغات الثعابين ، وللإصابة بالجروح عندما يتعمقون في الأشجار الساقطة . ويريد أهل حوران أن يكون لهم مدرسة خاصة بهم .

ويقع أقرب مركز صحي في البلدة الرئيسية . وكان يشق على المرضى أن يصلوا إليه لبعده .
والعاملون الصحيون لا يأتون لزيارتهم رغم ما يقطعون على أنفسهم من عود . ويريد القرويون أن
يكون لهم مركز صحي هم أيضاً .

وأخيراً لما كان لدى البلدة الرئيسية في المنطقة كهرباء فإن أهل حوران يعتقدون أنه يجب أن
يكون لديهم كهرباء كذلك . فالكهرباء تساعد أبناءهم على الاستدكار وتحمل الحياة أكثر بهجة
ليلاً .

وفيما يلي بعض الأدوار التي يمكن لأفراد المجموعة أن يقوموا بتمثيلها : الفلاح ،
التاجر ، الحياز ، النساج ، الخزاف ، التريزي ، التاجر ، بائع الأطعمة ، رجل الدين ،
العمدة ، البتاء ، العطار ، البدال ، القابلة ، ربة البيت .

تحديد الأهداف

إذا كان لدى الناس في بداية البرنامج فكرة واضحة عما يريدون ، فإنهم سوف
يعرفون في نهاية البرنامج ما إذا كانوا قد حققوا نجاحاً . والمهدف هو بالتحديد ما يريد
الناس أن يروه قد تحقق في نهاية البرنامج .

الأهداف الصحية

يجب أن تكون نتيجة برنامج الرعاية الصحية الأولية هي تحقيق تحسن في صحة
الناس . فمثلاً إذا كانت الحصبة تمثل مشكلة خطيرة في المجتمع فربما تكون الأهداف
الصحية للبرنامج الموضوع لحل تلك المشكلة على النحو التالي :

- تخفيض عدد الأطفال الذين يصابون بالحصبة .
- التمتع بشفاء من يصابون بالحصبة ووقايتهم من العجز أو الإعاقة .
- إتمام الوفيات بين الأطفال الذين يصابون بالحصبة .

الأهداف التثقيفية

حيث إن سلوك الناس يؤثر في صحتهم فلا بد من أن يتبع الناس بعض الإجراءات
الكفيلة بحل مشكلاتهم الصحية .

- وهذه الإجراءات هي ذاتها الأهداف التثقيفية للبرنامج . وفيما يلي بعض الأمثلة للأهداف التثقيفية للبرنامج مكافحة الحصبة :
 - إحضار الأمهات لأطفالهن لتطعيمهم .
 - إسراع أمهات الأطفال المصابين بالحصبة ، بإحضار أطفالهن إلى العامل الصحي لرعايتهم ومعالجتهم .
 - حرص الأمهات على بقاء الأطفال المصابين بالحصبة في غرف مظلمة مريحة لوقايتهم من الممى .
 - تغذية الأطفال المصابين بالحصبة تغذية جيدة ما أمكن ذلك لمساعدتهم على الشفاء العاجل .

المشاركة في تحديد الأهداف

يجب تشجيع الأفراد والجماعات والمجتمعات على اختيار الأهداف الخاصة بهم ، وعلى تلقي الإرشاد اللازم للقيام بذلك . وهذا أمر منطقي لأن هؤلاء الناس هم الذين يعانون المشكلة .

وحيث يحدد الناس أهدافهم بأنفسهم فإن من الأرجح أن يتلاءم السلوك الصحي الذي يقررون اتباعه مع الثقافة المحلية والموارد المتاحة . ودور العامل الصحي ، باعتباره مرشداً ، هو دائماً تشجيع الناس على دراسة ومناقشة مدى ملاءمة الأهداف ، أي ما إذا كان من الممكن تحقيق الأهداف المختارة .

وقد تنقضي عدة أشهر قبل أن تظهر نتائج الأنشطة للعيان . فذكر الناس بذلك كي لا يصابوا بخيبة الأمل لعدم تغير الأمور فور الانتهاء من الأعمال الأولية .

بعض عوامل النجاح

إن البحث عن العادات البديلة الموجودة هو أحد سبل ضمان تحقيق نتائج ناجحة . افترض أن مجموعة من الأمهات يرغبن في زيادة نمو أطفالهن وتمتعهم بالصحة والعافية . فلتحقيق هذا الغرض تلزمهم أغذية بروتينية كجزء من القوت المتوازن . وهناك أشكال كثيرة بديلة للبروتين يمكن إدخالها في القوت المعتاد مثل : البقول ، واللحوم ، والفول

السوداني ، واللين ، والحبوب ، والحب ، والدواجن ، والسماك ، والقواقع ، وبعض الحشرات .

ويمكن للعامل الصحي أن يرشد الأمهات في الاختيار من البدائل وذلك بأن يطرح عليهن مثل هذه الأسئلة : في أي وقت من السنة تتوافر هذه الأغذية ؟ ما أسعار هذه الأغذية ؟ هل هناك معتقدات عملية تمنع الأطفال من تناول هذه الأغذية ؟ هل يمكن أن تقوم الأمهات بإعداد هذه الأغذية بسهولة ؟ ما الذي يفضلهُ الأطفال أنفسهم من هذه الأغذية ؟ ومن خلال مناقشة كهذه يمكن الاتفاق على الأهداف الملائمة الخاصة بتحديد أنواع الأغذية التي يجب على الأمهات محاولة تقديمها لأطفالهن .

ولعلك أدركت أنه لكي تحقق الأمهات أهدافهن لا بد وأن يقوم أناس آخرون ببعض الأعمال أيضاً . فمثلاً سوف يلزم أن يوفر الآباء المال . وربما يلزم إتباع الحماية . والفلاحون أيضاً لهم دور في ذلك : فقد يتعين على وزارة الزراعة أن تقدم القروض والإرشاد عن طريق خبرائها إلى الفلاحين الذين ينتجون الغذاء . وقد يتعين على وزارة العمل أو التنمية الاجتماعية أن تساعد الأمهات والآباء على إيجاد أفضل السبل لكسب المال حتى يتمكنوا من شراء الغذاء . ومن الضروري أن تتحدد الأهداف على مستويات الأفراد والمجتمعات وعلى المستوى الوطني إذ لا بد للجميع أن يضطلعوا بأدوارهم .

الخطوات اللازمة اتخاذها لتحقيق الأهداف

إن تحديد أي الخطوات يجب اتباعها - أي أنسب استراتيجية - يتوقف على نوع الأسباب المختلفة للسلوك المسبب للمشكلات الصحية . وتدخل في الحسبان كذلك عوامل أخرى مثل الثقافة والمشكلات الاقتصادية الخ .

والجدول التالي يوضح هذه الفكرة . فهو يحتوي على اقتراحات لطرائق تنفيذية سنناقشها بالتفصيل في الفصل السابع . ويوجد شرح بعض هذه الطرائق في هذا الفصل وفي الفصلين الخامس والسادس .

وحيث إن المشكلات الصحية تنشأ في الغالب نتيجة أسباب عدة ، فقد يكون من الضروري استخدام استراتيجيات مختلفة في البرنامج . لاحظ أيضاً أنه رغم إدراج بعض الطرائق التنفيذية قرين بعض أنواع الإجراءات المذكورة في الجدول ، فإن هذه الطرائق

يمكن استخدامها أيضاً بالنسبة لإجراءات أخرى . ومع هذا فبعض الطرائق أصلح لأحد أنواع المشاكل منها لنوع آخر .

المشكلة	نوع الإجراء اللازم لمعالجتها (الاستراتيجية)	الطرائق التطبيقية الممكنة
نقص المعرفة	الإعلام	المعلقات ، الأذاعة ، الصحافة ، الاحاديث ، المعارض
تأثير الآخرين	التدعيم	جماعات المناقشة ، النوادي ، التشاور مع العائلة
نقص المهارات	التدريب	العروض الإيضاحية ، دراسة الحالة ، الألعاب التثقيفية
نقص الموارد	التنمية	تقصيات المجتمع ، اجتماعات أفراد المجتمع ، التوصل للموارد
الصراع مع القيم	توضيح القيم	تمثيل الأدوار ، الألعاب التثقيفية ، القصص

التعرف على الموارد والحصول عليها

ناقشنا في الفصل الأول التأثير الهام الذي يمكن أن يحدثه وجود أو انعدام الموارد في السلوك . وهذا القسم يبحث كيفية إيجاد الموارد اللازمة لتحسين الصحة وإدارة برامج التثقيف الصحي .

الموارد الموجودة داخل المجتمع

تعرّف على الموارد الموجودة داخل مجتمعتك والتي يمكن الإستعانة بها في حل مشكلات الأفراد أو الجماعات أو القرية برمتها .

وفيما يلي بعض الأمثلة للأنواع الكثيرة من الموارد التي سوف نحتاجها :

- أماكن لعقد الاجتماعات والمناقشات ودورات التدريب مثل المدارس ودور البلديات .
 - قد يكون بعض الناس قادرين على التبرع بالمال لشراء المواد اللازمة .
 - قد يكون لدى بعض الناس مهارات يمكن الاستفادة منها في مشروعات المجتمع . ومن هؤلاء الناس التجار والمدرسون والبنائون والفنانون والمداوون التقليديون والنساجون والخزافون .
 - يمكن لكثيرين من الناس القادرين أن يسهموا بالعمل اليدوي .
 - قد يمتلك بعض الناس دراجات بخارية أو عادية أو عربات . ووسائل النقل لها أهميتها في نقل المواد إلى المشروعات أو نقل المرضى إلى العيادات .
 - يمكن لبعض الناس أن يقدموا بعض المواد مثل الخشب والأقمشة والأغذية إلى المشروعات المجتمعية الكبرى أو إلى العائلات أثناء الأزمات . وللمعالجة المرضي قد تجد أن بعض الأعشاب المحلية لها مفعول ناجع . كذلك يمكنك أن تشجع الناس على صنع الأدوات اللازمة لمشروعاتهم بأنفسهم .
- إحرص على معرفة من لديهم تلك الموارد وكيفية الحصول عليها . وكما يتضح من الجدول السابق ، إن أعضاء المجتمع أنفسهم هم أهم الموارد لحل المشكلات .

الموارد الموجودة خارج المجتمع

- الأفضل أن نحل المشكلات بالموارد الموجودة داخل مجتمعك . ومع هذا ، فأحياناً ما يكون المشروع أضخم من أن تكفيه الموارد المتاحة . كما أن المشكلة قد تكون صعبة الحل . عندئذ يكون من الضروري التطلع الى الخارج . وفيما يلي بعض الموارد التي يمكن أن تجدها خارج مجتمعك :
- يقدم بعض الوكالات والوزارات أموالاً ومساعدات تقنية لمشروعات المجتمع أو للأفراد والعائلات ذوي العسرة .
 - قد يأتي من الخارج من لديهم مهارات خاصة مثل التنقيب عن المياه الجوفية لحفر الآبار .

- قد يأتي من الخارج أيضاً بعض المواد مثل الأسمنت ؛ وربما يمكنك تلمس المواد التعليمية مثل الأفلام والملصقات والمختلف الهيئات . أما اللقاءات والأدوية والأجهزة الطبية فإنها كثيراً ما تستورد من الخارج . كذلك فإن كثيراً من أنواع الآلات والأجهزة تباعها المؤسسات الخارجية أو تمنحها أو تعمرها .

الموارد الملائمة

ذكرنا أنه من الأفضل تلمس الموارد الموجودة في مجتمعتك . فهي من ناحية توفر المال ، ومن ناحية أهم ، تؤدي إلى شعور الناس بالاعتزاز عندما يتمكنون من مساعدة أنفسهم بأنفسهم . وهذا الشعور يشجع الناس على حل المزيد من المشكلات بمجهودهم الذاتية .



إستخدم الموارد المحلية في حل المشكلات . لقد أسهم النجارون في صنع عكازات للأطفال العجزة في هذا المجتمع .

فلعله لا يكون من الضروري شراء الأسمنت من الخارج لبناء الممرات (المخرج) ، على سبيل المثال ، لأن الطين والصلصال والطوب والأحجار هي مواد محلية تصلح لهذا الغرض .

وقد يمثل الجرار حلاً عظيماً لمشاكل الفلاحين . ومع ذلك فبمرور الوقت قد يصابون بخيبة الأمل عندما يواجهون تكلفة البنزين المرتفعة ومصاعب إصلاحه عندما يتعطل . وقد يكون من الأفضل استخدام تصميم محسن للمحاريث المحلية أو استعمال الخيول أو البغال أو الثيران التي قد يكون لها نتائج أفضل وطويلة الدوام .

توصيل الناس بالموارد

ما أن نعر على الموارد التي تساعد على حل مشكلات الأفراد أو الجماعات أو المجتمعات حتى يتعين عليك أن توصّل ما بين الناس وبين ما يحتاجونه من تلك الموارد . وهنا تتجلى الأهمية البالغة للعلاقات الطيبة مع الناس ومهارات التواصل . فالعلاقات الطيبة هي السبيل الوحيد الذي يمكنك به أن تجمع بين ذوي الحاجة من الناس وبين من يملكون الموارد .



تقوم هذه السيدة بجمع أوراق وأعشاب يمكن استخدامها في صنع الأدوية . وهذه عادة ما تمثل مورداً حلياً له قيمته .

تذكر أننا عندما تحدثنا عن المشاركة أبرزنا أن من الخطأ أن تقوم بعمل ما بالنيابة عن أناس لديهم القدرة على أداء العمل بأنفسهم . ويصدق هذا القول على الموارد أيضاً . فلا توفر للناس مورداً من الموارد إذا كان في إمكانهم توفيره . فإنيك إن فعلت ذلك مرة فقد لا يستطيعون الحصول على المساعدة عندما تضطرهم الحاجة مرة ثانية . وهذا ما حدث بالضبط لأحد العاملين في تنمية المجتمع وكان اسمه غالب :

فالسيد غالب هذا كان يتحدث فلت يوم مع أعضاء إحدى الجمعيات التعاونية للمزارعين في منطقته . وقال له المزارعون إنهم يحتاجون إلى مال لشراء البذور والمخربات . ووعدهم غالب بأن يمد لهم يد العون . فذهب إلى وزارة الزراعة واتصل بالقسم المختص بتقديم القروض . وحصل على الاستشارات الخاصة بذلك وعاد بها إليهم . وبعد أن رجع إلى المزارعين بعض الأسئلة قام بملء الاستشارات لهم ، وأعادها إلى الوزارة وحصل على المال المطلوب .

وبعد مضي وقت من العام نفسه نُقل غالب إلى منطقة أخرى . وعندما حان وقت سداد القرض لم يكن المزارعون يعرفون ما ينبغي عليهم فعله . لقد كان السيد غالب وحده على علم بكل إجراءات العمل بالوزارة . وأخيراً حضر موظف من الوزارة لاسترداد المال وقد سيطر عليه الغضب . وأعطاه المزارعون للمال ، لكن خوفهم منه منعهم من أن يوجهوا إليه مزهداً من الأسئلة عن القروض . وعندما حل موسم الزراعة التالي لم يعرف المزارعون كيف يحصلون على قرض جديد .

وأحياناً تزداد المشاكل تعقيداً عندما يحاول العامل الصحي أن يحصل للناس على مورد هم قادرون على الحصول عليه بأنفسهم . وهذا هو بالضبط ماحدث للسيدة غادة .

فالسيدة غادة - وهي إحدى القابلات العاملات في المجتمع المحلي - سمعت أن الناس في مجتمعها يحتاجون إلى بئر ، فخطوت بالذهاب إلى عاصمة الإقليم باحثة عن المساعدة من وزارة الأشغال العمومية . وقدم موظف في الوزارة إليها تصميمات للبئر . ووعدها بالمساعدة بالمال والإمدادات إذا قام القرويون بحفر البئر طبقاً لهذه التصميمات تماماً .

وسعد القرويون بالاستماع إلى تقرير السيدة غادة وشرعوا في حفر البئر على الفور . وقبل أن يصلوا إلى نصف العمق الذي يتطلبه التصميم عثروا على الماء ولم يستطعوا التعمق أكثر من ذلك . وعندما رجعت السيدة غادة إلى الوزارة بتقرير عن ذلك قال المسؤول إنه لن يقدم المساعدة ، ذلك لأن البئر لم تحفر طبقاً للتصميم . وحاولت السيدة غادة أن تشرح الموقف ولكن المسؤول لم يصغ إليها . فأحست بالحرج في أن تعود إليهم وهي تحمل هذا الخبر السيء . وعندما أخبرتهم بذلك اتهموها بتضليلهم ، وفترت حماسهم للمشروع ، ولا تزال القرية بدون بئر يوثق بها حتى اليوم .

فكر في هاتين القصتين . ماذا كان في إمكان كلا العاملين الصحيين عمله للوصول بين القرية والموارد اللازمة بطريقة أفضل ؟

في الواقع هناك كثير من المهام يمكنك القيام بها لمساعدة الأفراد والجماعات والمجتمعات الكاملة على تعلم كيفية الحصول على الموارد . فاولاً عليك أن تُمد الناس

بالمعلومات الأساسية التي تُعينهم على تحقيق بقيتهم ، ويجب أن تتضمن هذه المعلومات مايلي :

- أسماء الهيئات والمنظمات والأفراد الذين يقدمون الموارد .
- وصف لأنواع الموارد المتاحة .
- موقع الهيئة التي تملك الموارد .
- الشروط الخاصة التي قد تضعها الهيئات قبل تقديم الموارد .

اختيار أفضل الموارد

ناقش الفوائد والصعاب التي قد تنتج عن استخدام كل مورد من الموارد ، وماهي أفضل هذه الموارد بالنسبة لثقافة المجتمع المحلي واحتياجاته . ويجب أن يكون الناس المعنيون هم أصحاب القرار . فلا تجبر الناس على الأخذ بفكرة معينة .

الزيارات الاستطلاعية

تزداد معرفة المجتمع بالموارد المتاحة إذا نظمت زيارة للمؤسسة التي لديها تلك الموارد . وبينما قد يستلزم الأمر أن تقدم بنفسك بعض المعلومات الأساسية ، يُفضل أن يعرف الناس مباشرة ما الذي تقدمه المؤسسة المعنية .



هناك موارد كثيرة متنوعة يمكن الاستعانة بها في حل المشكلات . فهذه العاملة الصحية أمامها الكثير من الأدوية لتختار منها عند تلبية صندوق الأدوية الخاص برعاية المجتمع . ويمكن للصيدلي أن يساعد في اختيار أنسب الأدوية لجمعها .

وينبغي أن لا تذهب بمفردك إلى المؤسسة . فإذا كان القرويون يحتاجون لمن يشجعهم على الذهاب ، فيمكنك أن تذهب معهم في المرة الأولى . لكن عليهم أن يعودوا بعد ذلك الذهاب بمفردهم . وإذا كنت تعمل مع جماعة فيمكن لهذه الجماعة أن ترسل مندوبين عنها للتعرف على المؤسسة التي لديها الموارد اللازمة لهم . ويمكنك أن تقدم الناس إلى المختصين بالمؤسسة ، ولكن عليك أن تشجعهم على التعبير عن أنفسهم . وعلى الجماعة (أو من يمثلها) بعد ذلك تقديم تقرير عن الزيارة وطرحه لمزيد من المناقشة .

الحصول على الموارد

على الناس أن يتخذوا قراراتهم بأنفسهم بشأن قبولهم للموارد أو رفضهم لها . وعليهم أن يقوموا بأنفسهم بإجراء الترتيبات اللازمة مع المؤسسة المعنية . ويمكنك أن ترافقهم لتتقن من أنهم يفهمون ما يحدث من عدم استغلال أحد لهم . ويجب أن يعرف الناس مقدماً ما تنتظره المؤسسة منهم ، إن وجد ، في مقابل هذه الموارد .

الحث على التعلم

إشرح للناس بدقة ما يجري في كل خطوة من خطوات توصيلهم لمصدر الموارد . وتأكد من أن أكثر من شخص من الجماعة والمجتمع على دراية بهذه الخطوات . وهكذا ففي حالة المرض أو السفر يكون هناك دائماً شخص آخر يعرف ما يجب عمله .

الحفاظ على استمرار التعاون

تستفيد المجتمعات من موارد مؤسسات مختلفة كثيرة ، مختصة بالتعليم والزراعة والتنمية الاجتماعية والإعلام والأشغال العمومية ، ومن موارد مجموعة متنوعة من المنظمات الطوعية وذات الأغراض الخاصة . فعاون المجتمع على إنشاء روابط وطيدة بينه وبين هذه المؤسسات المختلفة .

موارد التثقيف الصحي

لقد تحدثنا في هذا القسم عن الموارد اللازمة لتحقيق أهداف حقيقية للبرنامج - أسمنت لإنشاء بئر أو عمال متطوعين لبناء قاعة اجتماعات عامة ، مثلاً - ويجب أن نتذكر أيضاً

أن هناك حاجة إلى موارد خاصة لتوصيل الرسالة الصحية التي نحث الناس على القيام بتنفيذ البرنامج في المقام الأول . وجميع النقاط التي أشرنا لها حول موارد البرنامج العامة (نوعها وتوافرها وملاءمتها) تنطبق أيضاً على موارد التثقيف والتواصل .

وسائل الإعلام المحلية

يجب عليك ، أثناء جمع المعلومات عن المجتمع ، أن تبحث عن الوسائل المحلية والتقليدية للتواصل communication . ويمكن أن تتضمن هذه الوسائل الأمثال والقصص والأساطير التي يستعين بها الكبار لغرس القيم التقليدية في الصغار . وقد يستخدم أصحاب الرأي المحليين المنادين وقارعي الأجراس للإعلان عن الأحداث القادمة . ويمكن أن تساعد الأغنيات أو التمثيليات التقليدية على توصيل الأفكار والقيم الهامة . وقد يكون لبعض الأشخاص مطبعة ويستطيعون طبع مملكات posters لإعلام الجمهور . وقد يوجد أيضاً مصور في الحي .

فكر فيما هو متاح من هذه الوسائل وغيرها من وسائل الإعلام في مجتمعك . واستخدم منها ما يحقق أفضل مساندة لجهودك في التثقيف الصحي . فإنك باستخدامك وسائل التواصل المتاحة محلياً إنما تشرك المجتمع في البرنامج . فشاوورهم في أنسب الأمثال أو الأغنيات أو القصص لنقل الرسالة الصحية . وأشرك أصحاب الرأي حتى يُبدوا استعدادهم لاستخدام المنادين التابعين لهم للإعلان عن الأحداث الصحية الهامة وحث المجتمع على المشاركة فيها . ويمكن أيضاً إشراك الفنانين وأصحاب المطابع والمصورين المحليين في تصميم وإنتاج المواد التثقيفية .

الموارد الخارجية

تعرف أيضاً على موارد التواصل communication المتاحة خارج المجتمع . ويمكن أن تتضمن هذه الموارد وسائل الإعلام كالصحف والراديو . وقد يكون لدى وزارتي الصحة والإعلام أفلام وملصقات ومعلقات وسيارات مزودة بمكبرات الصوت تمكن استعارتها لبرامج التثقيف الصحي المحلية . ابحث عن من في متناولهم صحف أو أجهزة راديو أو مصادر إعلام أخرى على صعيد المجتمع . فيمكن حث هؤلاء الأشخاص على المشاركة في المعلومات التي يحصلون عليها . فالمدرس المشترك في صحيفة يمكنه حفظ

المقالات المتعلقة بالصحة واستخدامها لتعليم التلاميذ وإعلام الوالدين . ويمكن للشخص الذي يمتلك جهاز راديو أن يدعو جيرانه للاستماع معه حينما تذاع برامج صحية .

وينبغي لك ، بوصفك عامل صحي محلي ، أن تكون على وعي بتلك المقالات الصحفية والبرامج الإذاعية ، حتى تستطيع حث الأهالي على قراءتها والاستماع إليها والاستفادة من المعلومات المعطاة من خلالها . وهذا يتطلب وجود رابطة مع المصدر . فاتصل بمحطة الإذاعة أو التلفزيون واحصل على مواعيت البرامج إن لم تكن لها وسيلة للإعلام عن برامجها . وعندما تذاع برامج صحية حث أعضاء المجتمع على الاستماع إليها . بل قد تحثهم على الإجماع والإنصات في جماعة حتى يمكن عقد مناقشة بعد انتهاء البرنامج للتأكد من أن كلاً منهم فهم الأفكار التي قدمت .

اتصل بوزارتي الصحة والإعلام ، واستعلم عن المصادر التي لديها شروط استعارة المواد ، كالأفلام مثلاً . اقرأ الفصل السابع لمعرفة المزيد عن وسائل الإعلام التثقيفية المختلفة وإمكانات التواصل .

الحث على العمل والمتابعة

إن كنت قد تابعت الخطوات التي ذكرت حتى الآن ، فلا بد أن يكون لديك أساس متين لعملك التثقيفي الصحي . فأنت قد أصبحت على دراية بالمشكلات والأولويات والأهداف والموارد . والآن لابد من وضع كل هذه الأمور معاً في خطة عمل محددة تبين ما يلزم عمله ، ومن المناط به العمل ، ومتى ينبغي أن يُعمل . وبعبارة أخرى أنت في حاجة إلى إعداد جدول زمني .

إعداد الجدول الزمني

افترض أن مجتمعك يشعر أن أهم مشكلة صحية هي عدم وجود مصدر مياه صالحة للشرب . في مثل هذه الحالة يقدم لك الجدول الوارد في الصفحة ٨٣ مثلاً لكيفية توفيت المهام والمسؤوليات . ومن الأمور التي يجب أن تتذكرها عند تحديد مواعيد إنجاز مختلف المهام ، أن هذه المواعيد يجب أن تكون واقعية . فالتاس يحتاجون إلى وقت كمي ينظموا أنفسهم ، كما أنهم يحتاجون إلى وقت لإيجاد الموارد . وسوف يشعرون بحنية أمل

عندما يضعون جدولاً زمنياً قصير الأمد بحيث لا يتسع الوقت لإتمام المهام المطلوبة .
ومن فوائد الجدول الزمني أيضاً التحقق مما إذا كان البرنامج يتقدم كما كان مخططاً له .
ويمكن تعليق نسخة من الجدول الزمني في قاعة اجتماعات البلدة أو في مكان آخر
حيث يتمكن الناس من رؤيته .

ولقد صُمم الجدول الزمني الوارد في الصفحة التالية لأحد برامج رعاية صحة المجتمع
لتحسين مورد الماء . ويمكنك تعديل الجدول الزمني والأنشطة لتلائم مشروعات
مجتمعك .

ويمكن وضع جدول زمني للفرد كذلك . وهذا الجدول أقل تعقيداً من جدول
المجتمع . ومن أمثلة ذلك حالة تلك الأم التي يعاني طفلها نقص الوزن . إذ يمكنك
بالتعاون مع الأم أن تضع جدولاً زمنياً للأغذية الممكن إعدادها للطفل كل يوم . وقد
يشابه هذا الجدول قائمة الطعام التي تعد لأسبوع كامل . كما يمكنك أن تُدرج في
الجدول نفسه مواعيد متابعة الطفل في العيادة .

وإذا كانت الأم أمية ، فإنك لا تستطيع أن تكتب لها جدولاً زمنياً ، لكن يمكنك أن
تناقشها فيه لتساعدنا على تذكره . وربما يكون لدى هذه الأم طفل أو قريب لها يمكنه
القراءة . ففي هذه الحالة يمكنك كتابة الجدول ليقوم شخص آخر بقراءته عليها .

إسناد المهام

عندما يشتمل البرنامج على أكثر من شخص واحد ، فإن من الضروري التأكد من أن
أكبر عدد ممكن من الناس قد شاركوا فيه .

وفي الجدول الزمني خصصنا عموداً « للمسؤولين عن المهمة » . واستخدمنا في
ذلك ألفاظاً عامة مثل « أصحاب الرأي في المجتمع » ، والمتطوعين ، والمواطنين . أما في
الجدول الزمنية الحقيقية فعليك أن تذكر أسماء الأشخاص الذين يقبلون الاصطلاح بمهمة
أو بأخرى .

فعلى سبيل المثال في مشروع توفير مصدر مياه للمجتمع لابد من ذكر : من هم
أعضاء لجنة جمع الأموال ؟ من الذي سيحضر الأممت ؟ من الذي سيحضر
المجاري ؟ من هم العمال المتطوعين ؟ من المسؤول عن المتطوعين ؟

متابعة الأعمال

تتطوي هذه العملية على عدد من الخطوات :

- حدد موعداً معيناً لبدء عملك الرئيسي .
- تأكد من أن كل فرد قد عرف مهامه : هل يمكن أن يخبرك كل شخص من الذاكرة ما عليه أن يفعله ومتى سيفعله ؟
- كن على اتصال دائم بالناس ، قدم لهم التشجيع ، أجب عن أسئلتهم ، وساعدهم على حل المشكلات .
- اعقد اجتماعات منتظمة لمراجعة مدى التقدم : في مثل هذه الاجتماعات يمكن أن يقدم كل مسؤول تقريراً عما فعله ، وعندئذ تقوم الجماعة بمقارنة التقرير بالجدول الزمني ومعرفة ما إذا كان العمل يتم وفقاً للجدول .
- وإذا حدث أي تأخير في تنفيذ الجدول الزمني فعل الجماعة أن تدرس المشكلة على الفور : هل يمكن تصويب الخطأ على الفور ؟ وماهي الاحتياجات : هل هي مزيد من المواد ؟ مزيد من المتطوعين ؟ مزيد من الوقت ؟ مزيد من المال ؟ تذكر أنه من الأفضل حل المشكلة في مهدها قبل أن تلحق الضرر بالبرنامج .

انتقاء الطرائق المناسبة

لا يكفي تحديد مايجب عمله ، والمسؤول عنه ومتى ينجز . بل علينا أن نقرر كيف يتم ذلك العمل .

في الفصل الأول ناقشنا بعض أسباب ومبررات سلوك الناس . فحالما يفهم العامل الصحي الأسباب الكامنة وراء السلوك المسبب للمشكلة الصحية يصبح في إمكانه استخدام طرائق مختلفة كثيرة لحث الناس على تغيير ذلك السلوك . وهناك بعض النقاط المهمة التي يجب أن نأخذها في الاعتبار عندما نقوم باختيار الطريقة . فبادئ ذي بدء يجب أن تتناسب الطريقة مع الظروف ومع المشكلة . لذلك ينبغي اختيارها بعناية . ونظراً لأن هناك عدداً كبيراً من سبل حل المشكلات فإن هناك عدداً كبيراً من الطرائق الممكنة . وقبل اختيار الطريقة المناسبة لابد أن يفهم الشخص القائم بالتثقيف

نموذج لجدول زمني لتزويد المجتمع بمصدر مياه

المهام	موعد إتمام المهمة	المسؤولون عن المهمة
١ - يناقش أصحاب الرأي في المجتمع مشكلة الأمراض التي يحملها الماء .	الأسبوع الأول	عمال صحة المجتمع .
٢ - تدريب أصحاب الرأي في المجتمع على معرفة أسباب تلك الأمراض والوقاية منها.	الأسبوع الثالث	عمال صحة المجتمع .
٣ - بدء أنشطة إعلام الجمهور باستخدام وسائل الإعلام المحلية والبرلات المنزلية .	الأسبوع الرابع	أصحاب الرأي في المجتمع وعمال صحة المجتمع والمدرسون .
٤ - حضور جميع المرضى للمعالجة	الأسبوع الخامس	أصحاب الرأي في المجتمع وعمال صحة المجتمع والمواطنون .
٥ - يقوم الناس بغلي المياه وترشيحها .	الأسبوع السادس	أصحاب الرأي في المجتمع (واحد لكل قرية ولكل قطاع) .
٦ - توفير المال لإنشاء الآبار .	الأسبوع الثاني عشر	لجنة جمع الأموال وأصحاب الرأي في المجتمع .
٧ - استئجار المتطوعين .	الأسبوع الثاني عشر	أصحاب الرأي في المجتمع .
٨ - اختيار مواقع الآبار .	الأسبوع الثاني عشر	أصحاب الرأي في المجتمع والمواطنون .
٩ - الحصول على المواد .	الأسبوع الخامس عشر	لجنة المواد .
١٠ - البدء في أعمال الإنشاء .	الأسبوع الخامس عشر	المتطوعون وعمال صحة المجتمع .
١١ - اختيار لجنة صيانة لكل بئر .	الأسبوع الخامس عشر	أصحاب الرأي في المجتمع .
١٢ - تدريب أعضاء لجان الصيانة على أعمال صيانة الآبار .	الأسبوع السادس عشر	العامل الصحي .
١٣ - إنهاء أعمال إنشاء الآبار .	الأسبوع العشرون	المتطوعون .
١٤ - يقتصر المواطنون في الحصول على الماء على الآبار وحدها ، والمحافظة على الآبار من التآكل الصحية .	الأسبوع العشرون فصاعداً	أصحاب الرأي في المجتمع والمواطنون .

الصحي المشكلة التي تواجهه . فالطبيب مثلاً لديه طرائق عديدة للاختيار منها حل المشكلات الطبية . فإذا ثبت أن المريض مصاب بقرحة في المعدة فسوف يحاول الطبيب فهم أسباب المشكلة ويختار لحلها أنسب الطرق . فإذا لم تكن القرحة بالغة الخطورة فقد تكون الطريقة المختارة هي تنظيم الغذاء . وعن طريق تنظيم ما يأكله الشخص ومتى وكيف يأكله يمكن أن تحل مشكلته . وأما إذا كانت القرحة أشد خطورة من ذلك فلعل الأدوية تكون هي طريقة الحل . وفي الحالات الأشد خطورة قد يضطر الطبيب إلى إجراء عملية جراحية . ويحتمل أن يستخدم الطبيب طريقتين أو أكثر جنباً إلى جنب .

وعلى الأشخاص القائمين بالتثقيف الصحي أن يقرروا أي الطرائق ينبيى استخدامها لحل المشكلات المتصلة بالسلوك الصحي . وهناك أمور ستة يجب أن تؤخذ في الاعتبار قبل اختيار طرائق التثقيف الصحي :

- ما مدى استعداد الناس للتغيير ؟
- كم عدد الناس الذين تشملهم المشكلة ؟
- هل تناسب الطريقة التثقيفية مع الثقافة المحلية ؟
- ماهي الموارد المتاحة ؟
- ماهي تشكيلة الطرائق اللازمة ؟
- ماهي الطرائق التي تناسب مع خصائص الجماعة المستهدفة (السن والجنس والديانة) ؟

ما مدى استعداد الناس للتغيير ؟

راجع القصة التي وردت في الفصل الأول عن النساء الثلاث اللائي طلبت من القابلة شراء أحذية لأطفالهن . فلقد أجرت القابلة حديثاً قدمت من خلاله معلومات وأفكاراً ومقترحات . وبعد انتهاء الحديث لم تقرر الأمهات جميعهن شراء الأحذية .

كانت إحدى الأمهات مستعدة للتغيير . ولم تقف أية مشكلة في طريقها . ورحبت بالأفكار الواردة في الحديث ونفذت اقتراح القابلة . وحينما يكون الناس على استعداد للتغيير ، فإن الملصقات والإذاعة والأغاني والتمثيلات والقصص والمعارض والصور تمثل بعض الطرائق التثقيفية التي يمكن استخدامها .

وكانت الأم الثانية مهتمة بالتغيير ، فاستحسنّت ماقالتة القابلة ولكنها لم تعرف ما إذا كان في مقدور العائلة توفير المال اللازم لشراء الأحذية . كما أنها لم تكن على يقين من أن الجودة ستقر ذلك . لاشك أن الحديث أتاح لهذه السيدة أفكاراً نافعة عن مساعدة أطفالها ، إلا أن هذه الطريقة التثقيفية لم تساعد على تنظيم الشؤون المالية لعائلتها .

والأساليب التي كان يمكن أن تساعد هذه المرأة هي مناقشة أفراد الأسرة في كم من المال يكسبون وكم ينفقون وعلى أي شيء ينفقونه . ثم عن طريق العرض الإيضاحي أو التعليم كان يمكن توضيح كيفية التصرف بالمال بطريقة أفضل بحيث يمكن شراء حذاء للطفل . كما أن إيجاد صلة بين الوالد والجمعية التعاونية المحلية للمزارعين أو بينه وبين المرشد الزراعي كان يمكن أن يساعد على إيجاد سبل لكسب المزيد من المال . وحين لا يصبح المال هو المشكلة الرئيسية ، حينئذ يمكن التحدث إلى الجودة حول مدى حبها لحفيدها من أجل كسب موافقتها على شراء حذاء له .

وأما الأم الثالثة فكان التأثير فيها صعباً إذ أنها كانت منزوعة للغاية من مشكلاتها حتى إنه كان من الصعب عليها أن تهتم بما كانت القابلة تقوله . وكان يحوزها أيضاً المال والموارد . وللتأثير في هذه المرأة كان على القابلة أن تستخدم طرائق الإتصال الشخصي : ومنها إسداء المشورة والزيارات المنزلية . فهاتان الطريقتان كانتا مستظهرتان للأم أن القابلة مهتمة بها ، كما أنهما كانتا متساعدتان القابلة على التعرف على مشكلات هذه الأم عن كتب . فكلما زادت قدرتها على التعرف على المشكلات زادت قدرتها على المساعدة .

وربما كان في إمكان هذه الأم أن تستفيد من انتائاتها إلى ناد أو جماعة حيث يمكن للناس ذوي المشكلات المتشابهة أن يتآزروا ويشجع بعضهم بعضاً . كما أن إيجاد صلة بين هذه الأم وبين هيئات المجتمع الأخرى كان سيوفر لها الموارد اللازمة لرعاية طفلها . وكان يمكن مساعدتها عن طريق تدريبها على مهارات تمكّنها من كسب المزيد من المال لتوفير مايلزم لطفلها .

كم عدد الناس الذين تشملهم المشكلة ؟

بعض الطرائق تصمم بحيث تؤثر في أعداد كبيرة من الناس (مثل سكان الأحياء والضواحي والمدن) برسالة أو فكرة تثقيفية . ومن بين هذه الطرائق : المصبات

والمعلقات والمحاضرات والمعارض والمسرحيات وعروض الدمى (مسارح العرائس)
والصحف والاذاعة والأفلام ومنادو البلدة .

إن تقديم أفكار جيدة بسرعة إلى عدد كبير من الناس خطوة مفيدة جداً في التثقيف الصحي ، فهي تخلق الوعي بمشكلة أو فكرة . وإذا كانت الرسالة مقنعة فإنها تساعد على تبعية الناس للمشاركة في الإجراء المرغوب . ومع هذا فثمة حاجة ، عادة ، إلى طرائق أخرى لتابعة الانطباع الابتدائي الذي يحدث من خلال وسائل الإعلام . فالاقتصار على نشر الرسائل الصحية لا يكفي ، عادة ، لتغيير السلوك الصحي بين الأعداد الكبيرة من الناس .

ولجعل الطرائق التثقيفية الموجهة للجماعات الكبيرة أكثر فائدة يلزم تبادل الأفكار والآراء بين العاملين الصحيين والعاملين في تنمية المجتمع الذين يستخدمون الطرائق التثقيفية من ناحية ، وبين الأهالي الذين يتلقون الرسائل الصحية سماعاً أو رؤية من ناحية أخرى . وهذا التبادل للآراء والأفكار يسمى « التأثير » interaction .

والمحتمل أنك لا تعمل بمفردك ، فشارك أنت والعمال الصحيون الآخرون وعل الأخص عمال صحة المجتمع وموظفو الوكالات المجتمعية الأخرى في مسؤولية إحداث التأثير .

وفيما يلي بعض الاقتراحات التي من شأنها تحقيق التأثير :

- بعد عرض فيلم أو تقديم حديث ، قسم الجمهور إلى مجموعات صغيرة للمناقشة .
- وعند تعليق معلقات على صعيد المجتمع ، قم بزيارات منزلية وناقش الأفكار التي تحملها المعلقات مع العائلات .
- بعد عرض تمثيلية اطلب من الممثلين أن يتحدثوا مع الناس .
- نظم جماعات استماع ومناقشة للبرامج الإذاعية وذلك في جميع أنحاء المجتمع .
- لإعمل مع مجلس المجتمع المشكل ، وإن لم يوجد فانشئ لجنة صحية (انظر الصفحات ٢١١ - ٢١٦) .

إن أفضل طريقة للقيام ببعض النشاطات مثل ممارسة المهارات الجديدة ومناقشة المشاعر والقيم والشؤون المالية الشخصية والمشاركة في التجارب الصعبة هي حصر تلك

الأنشطة بين شخص وآخر أو في جماعات صغيرة . ونعني بالجماعة الصغيرة أن تتكون من عشرة أشخاص أو أقل ، وهذا هو العدد الأمثل .

ومن أمثلة الطرائق التي تقوم على الجماعات الصغيرة : حكاية القصص ، والعروض الإيضاحية ، وتمثيل الأدوار ، ودراسات الحالة ، والمناقشات الجماعية والألعاب التثقيفية وغير ذلك من الطرائق التي سنتناقشها في الفصل الخامس .

ويمكن استخدام المعينات التعليمية مثل أجهزة العرض واللوحات القلابة وذلك مع جماعات يصل عددها إلى خمسة وعشرين شخصاً ، مع العلم بأنه كلما زاد عدد الناس قلّ التأثير والاتصال الشخصي بين العامل الصحي وبين أفراد الجماعة .



يمكن تمثيل الأدوار أن يساعد الأفراد والجماعات الصغيرة على فهم مشكلاتهم ووضع حلول لها . فيعض أعضاء الجماعة يقومون بتمثيل الموقف ويقوم البعض الآخر بالملاحظة وإبداء التعليقات والاقتراحات .

لاحظ أن التعليقات والبرامج الإذاعية وغيرها من الطرائق التي تؤثر في الجماعات الكبيرة يمكن استخدامها كذلك مع الجماعات الصغيرة .

هل الطريقة مناسبة للثقافة المحلية ؟

وصفنا في الفصل الأول الثقافة نقلاً أنها أسلوب حياة الناس في المجتمع . والثقافة تحدد الطرائق التثقيفية التي يقبلها الناس ويفهمونها . كما أنها تحدد أيضاً الطرائق التي يستجيب لها الناس بالتحول إلى سلوك أصح .

فتمثيل الأدوار role-playing مثلاً يتطلب من الناس أن يتحدثوا بصوت عالي وبجرية أمام الآخرين . وفي بعض الثقافات قد يحب الناس الحركة الدائرية والحديث بصوت عالي . وفي ثقافات أخرى قد يفضل الناس أن يكونوا هادئين وحريصين فيما يقولون ويفعلون . لذلك يفلح أسلوب تمثيل الأدوار مع النمط الأول من الثقافة . وقد يفلح مع النمط الثاني أيضاً ولكن لا يتم ذلك إلا عندما يعرف الناس بعضهم بعضاً وتتولد الثقة بينهم .

ولنضرب مثلاً آخر فالصور تختلف معانيها باختلاف الثقافات . فان كنت تعمل في مجتمع تسود فيه الأمية فربما لا يكون الناس معادين النظر إلى الصور باعتبارها مصدراً للمعلومات أو للأخبار وذلك لعدم تعاملهم مع الكتب والصحف . فإن كنت بصدد تقديم برنامج عن الرضاعة الطبيعية في مثل ذلك المجتمع ، وعرضت أمام النساء صورة امرأة مع وليدها يرضع من ثديها فربما يكون أول خاطر يطرأ على بالهن أن هذه صورة أختك أو أمك ، ولن يدركن أن هدف الصورة هو مساعدتهن على التعلم . وقد تنشأ مشكلات أخرى عند استعمال الأفلام . لذلك علينا أن نتأكد من أن الناس يفهمون لماذا نعرض عليهم الصور والأفلام .

إن تمثيل الأدوار والصور والأفلام هي نماذج لطرائق لن يكتب لها النجاح إلا بتكييفها لتناسب ثقافة المجتمع . وسوف نتبادل طرائق تكييف الطرائق التثقيفية لتناسب



بدلاً من الاكتفاء بالحديث عن طرق حفظ الصحة ، تعرض هذه العاملة الصحية عملياً للأمهات كيفية تحميم أطفالهن .

الثقافة المحلية وذلك في الفصل السابع . لكن علينا أن لا نشغل بالنا بتكييف الطرائق إذا استخدمنا بعض الأساليب التي يوصل بها الناس أفكارهم ويتبادلون معارفهم ومهاراتهم ومن هذه الأساليب : الأمثال ومنادو البلدة والتمثيلات ... الخ . ولا بد أن تشكل طرق التواصل الطبيعي هذه جزءاً من أي برنامج تنمفي .

العروض الإيضاحية أساليب جيدة لتعليم المهارات . وفي العروض الإيضاحية الجيدة ، تتاح الفرصة أمام الناس لممارسة مهارات جديدة .

ما هي الموارد اللازمة ؟

ادرس الموارد اللازمة . فبعض الطرائق لا تحتاج إلا لشخصك أنت والناس من حولك . ومن أمثلة ذلك : القصص والأغاني وتمثيل الأدوار والمناقشات الجماعية واجتماعات الأهالي .

وبعضها الآخر يحتاج إلى استخدام مواد أو معينات تعليمية مثل المصصقات والمعلقات واللوحات الوبرية والعروض الإيضاحية والنماذج ومسرح العرائس والصحف واللوحات القلابة .

وثمة طرائق تحتاج إلى آلات مثل : أجهزة التسجيل وأجهزة عرض الشرائح والأفلام ... الخ . وتحتاج الأجهزة عادة إلى كهرباء . والأدوات والآلات تكلف مالا . لذلك حاول البحث عن الطرائق غير المكلفة والفعالة في الوقت نفسه .

وحتى لو استطعت استعارة الأفلام وأجهزة العرض والمولد الكهربائي فإن الأفلام قد تأتي من بلد له ثقافة لا يفهمها أهل مجتمعتك . بل أنها قد تكون ناطقة بلغة غير لغتهم . وفي هذه الحالة من الأفضل أن تعد تمثيلية عملية . فالمسرحية لا تحتاج إلا لبعض الأفراد وقليل من الأدوات . وفي التمثيلية يمكن استخدام اللغة المحلية وتكون أمام الأهالي فرصة للمشاركة فيها . ومن ثم فإن الآلات الباهظة الثمن لن تلزم لهذا الغرض .

فكر في طرق أخرى تستطيع معها استخدام الموارد المحلية في إعداد الطرائق التطبيقية أو توليفها .

ماهي تشكيلة الطرائق اللازمة ؟

تتغير تشكيلة من الطرائق . فالتنوع والتكرار أمران مهمان . فباستخدام مجموعة متنوعة من الطرائق التثقيفية تجعل برنامجك شيقاً ومسليةً . وإذا أعدت تكرار الأفكار بطرق مختلفة يحتمل أن تزيد قدرة الناس على تذكرها .

فإن كنت على سبيل المثال تروي قصة ، يمكنك أن تعرض بعض المعلقات أو الصور ذات الصلة بالقصة ، ثم يمكنك أن تطلب من بعض مستمعك أن يقوموا بممثل أدوار القصة حتى يتمكن الجميع من مشاهدتها .

فالحديث عن الصحة يجب أن يكون أكثر من مجرد الكلام . بالطبع لابد أنك ستحاضر . لكن عليك مع المحاضرة أن تعرض صوراً ومعلقات . ويجب أن تكون هناك مناقشات جماعية . كما أن العروض الايضاحية والممارسة تساعد الناس على أن يتعلموا المزيد من الحديث الذي تقدمه .

ويمكن جعل اجتماع الأهالي أكثر حيوية إذا قدمت معه تمثيلية قصيرة . فذلك يساعد على اجلاء المسائل للناس . كما ويمكنك إضافة المعارض إلى برنامج الاجتماع أيضاً . وبذلك يتسنى للحاضرين أن يشاهدوا العروضات ويتعلموا شيئاً عن الموضوع قبل أن يبدأ الاجتماع .

ماهي الطرائق التي تناسب الجماعة ؟

ستلتقي بأشخاص مختلفين وجماعات متنوعة ، منهم الكبير ومنهم الصغير . وبعض هذه الجماعات يتكون من نساء وبعضها من رجال وبعضها الآخر من خليط من الجنسين . فاختر الطرائق وكيّفها بحيث تناسب مع نوع الأشخاص الذين تتصل بهم .

فالقصص الخيالية عن الحيوانات قد تكون أفضل للأطفال ثنّها للبالغين . وقد تكون المحاضرات أفضل للمتعلمين منها للأميين . وإذا كان الناس ينتمون إلى دين واحد ، تغير الأمثال والحكم من النصوص والكتب المقدسة لذلك الدين .

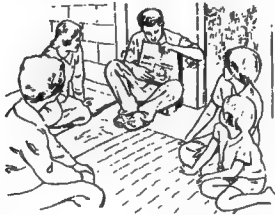
تقييم النتائج

عندما تبذل الجهد والوقت اللازمين لمشروع ما ، فإنك نود معرفة ما إذا كان هذا المشروع قد نجح أم لا . وللتوصل إلى الحكم الصحيح لا تكف بقولك : « لقد نجحنا

تماماً « أو « إننا حققنا بعض النجاح « أو « لقد فشلنا ». فالمطلوب مقياس محدد ، ما أمكن ، لمدى النجاح .

التحقق من مدى التقدم

تمت الملاحظة واللقاءات الشخصية والسجلات بمعلومات مقيدة لتقييم البرنامج . راجع الصفحات ٨٠-٨٣ التي تبين كيف أن الجدول الزمني يساعد المجتمع على قياس مدى



من المهم اختيار الطرائق التقنية الأكثر ملاءمة للجماعة المعنية . والأهم من ذلك أن تستخدم مزيجاً من الطرائق التي تساعد الناس على الفهم بصورة أفضل وتعملهم يتذكرون .

التقدم أثناء تنفيذ برنامج مورد المياه . فعلى سبيل المثال كانت الخطوة تقضي بأن يجمع المال بحلول الأسبوع الثاني عشر . فإذا لم يكن قد جمع المال الكافي في ذلك الموعد ، فهناك خطأ ينبغي مواجهته . وعلى جماعة التخطيط أن تشرع في البحث عن سبب ذلك . وربما لم يكن أصحاب الرأي في الحي على علم كاف بكيفية جمع الأموال . وربما كان هذا الوقت من السنة غير مناسب لجمع التبرعات لأن موعد الحصاد لم يكن قد حان بعد .

وإذا كانت الخطوة تتطلب حفر أربع آبار خلال ستة أشهر ولم يتم حفر سوى بئر واحدة بحلول الأسبوع السابع عشر أو الثامن عشر ، فعلى الجماعة أن تبحث عن سبب ذلك . وربما يكون السبب هو الحاجة إلى مزيد من المواد تفوق ما كان مخططاً له في الأصل . وربما يكون السبب أن بعض العمال قد أساء فهم التعليمات .

ويجب أن تصصح الأخطاء بمجرد اكتشافها .

النتائج النهائية

عند الانتهاء من الأنشطة التثقيفية يجب أن تكون قادراً على قياس مدى النجاح وذلك عن طريق إحصاء عدد الأشخاص الذين يتصرفون وفقاً للأهداف. الأصلية : هل هذا العدد زاد عما كان عليه قبل البدء في البرنامج ؟

استخدم أسلوب الملاحظة لتحقيق من النتائج . ففي حالة الآبار مثلاً : هل هناك بيئة على وجود صيانة صحية لها ؟ هل حافظ الناس على نظفيتها ؟ هل يستخدمون أوعية نظيفة لرفع الماء ؟ هل يحفظون الماء في أوانٍ نظيفة مغطاة في بيوتهم ؟ هل مازال الناس يترددون على الترع للحصول على الماء ؟

فإذا كان الناس يستخدمون البئر بطريقة صحية ، ويحفظون الماء بطريقة مأمونة في البيت عندئذ تكون الأهداف التثقيفية للبرنامج قد تحققت .

وفيما يتعلق بالأهداف الصحية يجب أن تقل الأمراض التي يحملها الماء . وهذه النتيجة قد تستغرق بضعة أشهر حتى تتضح تبعاً لنوع المرض . وإذا لم يحدث انخفاض في معدل المرض فاختر مياه البئر وابحث عن مصادر أخرى للتلوث . أما إذا كان معدل الأمراض المحمولة بالماء قد انخفض بالفعل فهذا يعني أن البرنامج قد نجح .

التعلم من التقييم

عند نهاية البرنامج ، يمكن عقد اجتماع نهائي لمناقشة مدى نجاح البرنامج . وثمة سؤالان رئيسيان يجب الإجابة عنهما :

١ - هل سار العمل كما جاء في الخطة ؟

● هل شارك الناس ؟

● هل كانت الموارد متاحة في المواعيد المحددة ؟

● هل اكتسب الأشخاص مهارات جديدة وتعلموا من البرنامج ؟

٢ - هل أزيلت المشكلة أو خفضت ؟ وباستخدام مثال البلهرسية :

● هل توجد الآن موارد مياه مأمونة في متناول الناس ؟

- هل يتخلص الناس من البراز والبول بطريقة مأمونة ؟
- هل عدد الأشخاص الذين يعانون المرض أقل الآن منه قبل بدء البرنامج ؟

إن مناقشة هذه الأسئلة تساعد الناس على تقييم برامجها والتعلم منها . ويمكننا الحصول على إجابات عن هذه الأسئلة بالطريقة التي جمعنا بها أصلاً معلومات عن المجتمع حينما بدأنا التخطيط - بالملاحظة واللقاءات الشخصية والسجلات - قارن المعلومات المجموعة قبل بدء البرنامج بالمعلومات المجموعة بعد نهايته .

وحتى إذا لم يسر البرنامج على النحو المرجو له ، فإنه لا بد من عقد اجتماع لدراسة أسباب ذلك . كما أن مراجعة الجدول الزمني ستبين ما إذا كان كل شخص قد أدى واجبه .

وفيما يلي بعض الأسئلة التي قد تساعدك في هذا الخصوص :

هل كانت هناك صعوبات لم يبلغ عنها في المراحل الأولى من البرنامج ؟ هل عطلت أحداث اجتماعية أخرى الناس أو أعاقتهم عن المشاركة في العمل ؟ هل كانت هناك خلافات بين أفراد المجتمع حالت بينهم وبين العمل معاً ؟ هل كانت المدة المحددة للبرنامج غير واقعية ؟ هل كانت الأعمال المختارة غير ملائمة للثقافة المحلية ؟

وبعد اكتشاف مصدر الصعوبات تستطيع الجماعة تقرير ما إذا كانت ستعاود الكرة من جديد . ويمكن للمرء أن يتعلم من الأخطاء ومن النجاح على حد سواء . ومما يعث على الأمل أن يجتمع الناس معاً لبحثوا بجدية وموضوعية عن أسباب المشكلة . وفي مثل هذه الحالات يمكن أن يقدم العامل الصحي المساعدة والتشجيع اللازمين . ومن خلال المعرفة الجديدة التي تكتسبها الجماعة عن المشكلة فإنها تستطيع عندئذ وضع برنامج أفضل في المستقبل .

مراجعة عملية التخطيط

سبق أن تناولنا الخطوات المختلفة التي لا بد منها لتخطيط أنشطة التثقيف الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية . وقد لاحظنا أن في كل خطوة منها يستخدم العامل الصحي أساليب تثقيفية صحية من شأنها أن تسهل وتقوي مشاركة المجتمع في التنمية

الصحية . وفي مقدورك عن طريق هذه المشاركة أن تتأكد من أن التكنولوجيا المستخدمة هي التكنولوجيا الملائمة .

استخدام التكنولوجيا الملائمة

تمثل التكنولوجيا الملائمة عاملاً هاماً في نجاح الرعاية الصحية الأولية . وكلمة تكنولوجيا ، كما هي مستخدمة هنا ، تعني مجموعة مترابطة من الطرائق والأساليب والمعدات التي يمكن أن تسهم هي والأشخاص الذين يستخدمونها اسهاماً كبيراً في حل مشكلة صحية .

والتكنولوجيا الملائمة تعني أنها لا بد أن تكون سليمة من الناحية العلمية وأن تكون مقبولة لدى من يطبقونها ولدى من يستفيدون منها على السواء . وهذا يعني ضمناً أن تكون التكنولوجيا متمشية مع الثقافة المحلية . وأن تكون قابلة للتكيف والتطوير حين يقتضي الأمر ذلك .

وإضافة إلى ذلك يجب أن تكون التكنولوجيا سهلة الفهم وسهلة الاستخدام من قبل العاملين الصحيين في المجتمع وأفراد المجتمع على السواء . ورغم أن أشكال التكنولوجيا الملائمة تختلف باختلاف مراحل التنمية ، فإن البساطة مطلوبة دوماً . وأفضل الأساليب المثمرة لضمان توافر التكنولوجيا الملائمة هو أن نبدأ بالمشكلة ثم نبحث عن تكنولوجيا تتفق والظروف والموارد المحلية أو نبتكر مثل هذه التكنولوجيا إن اقتضى الأمر .

إشراك الناس في الرعاية الصحية

ينص تقرير لجنة خبراء منظمة الصحة العالمية المعنية بدراسة الأساليب الجديدة للتحقيق الصحي في مجال الرعاية الصحية الأولية^(١) على مايلي :

لإشراك الناس وتمكينهم من وضع أهداف الرعاية الصحية الخاصة بهم ، ينبغي للقائمين بتقديم الرعاية الصحية :

(أ) إتاحة الفرص للناس ليتعلموا سبل التعرف على المشكلات الصحية والمشكلات المتصلة بالصحة وتحليلها ويتعلموا سبل تحديد أهدافهم .

(١) سلسلة التقارير التقنية لمنظمة الصحة العالمية ، رقم ٦٩٠ ، ١٩٨٣ .

(ب) جعل المعلومات الصحية والمعلومات المتصلة بالصحة في متناول المجتمع بما فيها المعلومات المتعلقة بالطرق العملية والفعالة والمأمونة والاقتصادية لتحقيق الصحة الجيدة والتغلب على المرض والعجز .

(ج) إشعار الناس بالحلول البديلة للمشكلات الصحية والمشكلات المتصلة بالصحة .

(د) إيجاد الوعي بأهمية التواصل الفعال في تعزيز الفهم المتبادل والمساندة بين الناس وبين القائمين بتقديم الرعاية الصحية .

(هـ) ترجمة الأهداف التي يضعها الناس إلى مرام بسيطة ومفهومة وواقعية ومقبولة يمكن للمجتمعات أن ترصدها .

(و) مساعدة الناس على تعلم طرق تحديد الأولويات بين مختلف المشكلات الصحية التي سبق أن تعرفوا عليها ، وعلى فهم الحاجة الى التمشي مع السياسات القائمة عند القيام بذلك ، فعلى سبيل المثال يجب أن تعطى الأولوية لقطاعات المجتمع المحرومة ولبعض الأمراض على أساس درجة العدوى بها وقابليتها للمعالجة .

ويضيف التقرير :

ومن الضروري أن تفهم المجتمعات بوضوح دورها في تنفيذ الاستراتيجيات الخاصة بحل المشكلات الصحية . وهنا يجب أن ييسر التثقيف الصحي الحوار مع الناس من خلال أشكال التواصل المقبولة ثقافياً واجتماعياً .

تنمية مشاركة المجتمع

كان موضوع المناقشات التقنية^(١) التي عقدت في آيار/مايو ١٩٨٣ أثناء انعقاد جمعية الصحة العالمية السادسة والثلاثين هو « السياسات الجديدة للتثقيف الصحي في الرعاية الصحية الأولية » . واشترك في المناقشات أكثر من ٣٠٠ مندوب من أعضاء الوفود التي حضرت « الجمعية » . فناقشوا الحاجة إلى إقامة مشاركة حقيقية بين العمال الصحيين والمجتمع في كل مرحلة من مراحل التخطيط الصحي بدءاً من تعرف المشاكل

(١) تجتمع الدول أعضاء منظمة الصحة العالمية في جنيف كل عام لتحديد سياسات المنظمة واتخاذ الاجراءات اللازمة لتعزيز أهداف منظمة الصحة العالمية . وفي هذه المناسبة تمقد مناقشات تقنية في موضوعات محددة تغطي بالاهتمام الدولي . وكانت هذه هي المرة الثانية التي كان التثقيف الصحي فيها موضوعاً للمناقشات التقنية . أما المرة الأولى فقد كانت في عام ١٩٥٨ .

وتحديدها ، إلى تسهيل العمل الصحي وتعزيزه ثم تقييم النتائج . وتبينوا أنه يجب أن يكون هناك حوار مستمر وتأثر بين المجتمع والعمال الصحيين .

فالناس قد « يشعرون » بمشكلات كثيرة صحية أو متصلة بالصحة ، ولكنهم قد لا يستطيعون التعبير عنها بوضوح . وقد توجد مشكلات خطيرة أخرى لا يرونها . ويجب على العامل الصحي أن يشجع المجتمع المحلي على الدراسة الذاتية ويرشده فيها كي يستطيع المجتمع فهم مشكلاته على وجه أفضل ، ويحدد الموارد المحلية المطلوبة لحلها ، ويلتمس العون الخارجي عند الحاجة إليه .

وأثناء سير العمل لحل المشكلة ، يساعد العامل الصحي مجتمعه على دراسة ما إذا كانت جهوده مثمرة وفعالة . فهل التغييرات المرغوبة آخذة في الحدوث في المجتمع ؟ وهل نشأت عقبات أمام التقدم ؟ وهل التكنولوجيات والاستراتيجيات المختارة مناسبة ؟ وتعتبر آخر يجب على العامل الصحي أن يشغل المجتمع في دورة مستمرة من التخطيط والعمل والتقييم . إن العامل الصحي يحثه على المشاركة والإنهماك في العمل والفحص الذاتي المستمر إما هو يعلم المجتمع وثقافته في عملية التخطيط ، وهذا يجعل الجهود الذاتية ممكنة في المستقبل .

ونوضح الخريطة المبينة في الصفحتين ٩٨ و ٩٩ كيف يمكن إنشاء وتنمية المشاركة الحقيقية بين العمال الصحيين والمجتمع .

تنسيق مستويات التخطيط

إن التنسيق مهمة هامة في التكيف الصحي . فيلزمنا إيجاد رابطة تصل بين الناس وتختلف الهيئات التي تملك الموارد ، وتعزيز التواصل بين الناس وتلك الهيئات . ويجب علينا أيضاً تشجيع التواصل بين الهيئات ذاتها حتى تستطيع تسخير مواردها بأقصى فعالية في مساعدة المجتمع . وينبغي لنا أيضاً أن ندرك أن هذه المساعدة ستأتي من مستويات مختلفة - مستوى المنطقة والاقليم والولاية والمستوى الوطني .

إن الرعاية الصحية الأولية من الشؤون الوطنية وليست مجرد شأن محلي . فالوزارات والهيئات على المستوى المركزي تخطط أيضاً لأداء خدمات الرعاية الصحية الأولية أداءً فعالاً . ومن الضروري للمجتمع أن يكون على وعي بهذه الجهود التخطيطية المركزية

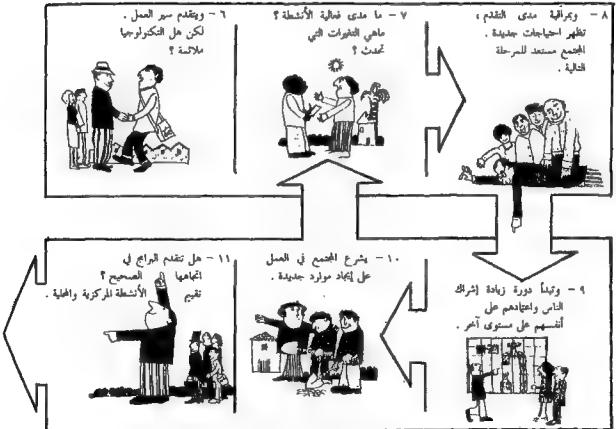
حتى يمكنه الاستفادة من الموارد . ومن أمثلة الوظائف المركزية إمداد جميع المجتمعات المحلية بالأدوية الأساسية . وثمة وظيفة مركزية هامة أخرى متصلة اتصالاً وثيقاً بالتنقيف الصحي ، وهي تخطيط برامج وسائل الإعلام (الراديو والتلفزيون الخ) على أساس أولويات الاحتياجات الصحية .

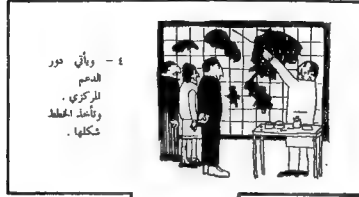
ويجب على المجتمع والعمال الصحيين معاً ، أن يتأكدوا من أن احتياجاتهم من الأدوية الأساسية ، ووسائل النقل الأساسية ، والوسائل التنقيفية وغير ذلك من الموارد الأخرى تبلغ باستمرار إلى المسؤولين عن التخطيط المركزي . وبالمثل ، يجب أن يكون المخططون المركزيون على اتصال دائم بالمجتمعات المحلية لاستعراض احتياجاتها ، ومن ثم يكونون في وضع أفضل للتخطيط من أجل الرعاية الصحية الأولية .

وظائف لا مركزية



الاعلام والتثقيف من أجل الصحة





يوضح هذا الرسم كيف نشأ المشاركة
الحقيقية بين العاملين الصحيين والجمع
أنحاء المراحل المختلفة للتعرف على
المشكلات ، ثم تسهيل القيام بالعمل
الصحي وتميزوه . وقد أعد هذا الرسم
بمناسبة المناقشات التقنية التي دارت عن
السياسات الجديدة للتشخيص الصحي في
مجال الرعاية الصحية الأولية التي دارت
أثناء جمعية الصحة العالمية السادسة
والثلاثين في آيار/مايو ١٩٨٣ .

التثقيف الصحي للأفراد

التشاور counselling من أكثر أساليب التثقيف الصحي استخداماً لمساعدة الأفراد والعائلات .

فإنشاء عملية التشاور يلتقي الشخص صاحب الحاجة مع الشخص الذي يقدم المساعدة والتشجيع (أي المشاور) ويتناقشان بطريقة تمكن صاحب الحاجة من اكتساب الثقة في قدرته على إيجاد الحلول للمشكلات القائمة . ويتمد أسلوب التشاور اعتماداً كبيراً على مهارات التواصل communication وإقامة العلاقات .

وتنشأ فرص التشاور عندما نعمل مع الأفراد والعائلات ، أي مع المرضى في المركز الصحي ومع التلاميذ في المدارس أو أثناء الزيارات المنزلية . وهذا بعض من كثير . ويجب أن يكون التشاور جزءاً من المعالجة والرعاية اللتين تقدمان للمريض أو للشخص الذي يعاني اضطراباً . كما أن التشاور يمثل جانباً هاماً من جوانب الوقاية من المرض وتحسين الصحة لأنه يعين الناس على فهم ما يمكنهم عمله بمجهودهم الشخصية من أجل تخاشي المرض وتحسين حياتهم .

ويصف هذا الفصل ما يلي :

- الغرض من التشاور (الصفحة ١٠١) .
- القواعد التي تتبع عند القيام بدور المشاور (الصفحتان ١٠٢ - ١٠٣) .
- الأنماط المختلفة للتشاور (الصفحات ١٠٤ - ١٠٩) .
- الأساليب التي تسهل اتخاذ القرارات والمتابعة (الصفحات ١١٠ - ١١٤) .
- نموذج لجلسة التشاور (الصفحات ١١٤ - ١١٩) .
- اقتراحات للتدريب على التشاور (الصفحتان ١١٩ - ١٢٠) .

الغرض من التشاور

يلقى الأفراد من خلال عملية التشاور التشجيع على التفكير في مشكلاتهم وبذلك يصلون إلى فهم أعمق لأسبابها . ونتيجة لهذا الفهم يأخذ الناس العهد على أنفسهم - كما هو مأمول - باتخاذ الاجراءات اللازمة لحل مشكلاتهم . والإجراء الذي يتخذ يتبع من قرار يتخذه الشخص بنفسه ، رغم أنه يسترشد برأي المشاور عند اللزوم .

والتشاور يعني الاختيار لا الإكراه ولا إسداء النصح . فقد يعتقد العامل الصحي أن نصيحته تبدو معقولة ، ولكنها قد لا تتلاءم مع الظروف الخاصة لتلقى النصح . وفي التشاور يكون الشخص المعني هو صاحب القرار ، وهكذا يزيد احتمال ملائمة الحلول المختارة . والحل الملائم هو ذلك الحل الذي يمكن للشخص اتباعه ويؤدي إلى نتائج ناجحة .

وفيما يلي مثال للمشكلات التي تنشأ حين يقوم الأسلوب المستخدم على إسداء النصح أو الإكراه :

أنباء إحدى الزيارات المنزلية رأت إحدى العاملات الصحيات والدة لديها توأمان يبلغان من العمر ثلاثة أسابيع . وكان حجم الرضيعين صغيراً جداً إلى درجة جعلت العاملة الصحية تتفاجئ على إمكان بقاءهما على قيد الحياة . فضلت الأم على عدم الترجعه بهما إلى العيادة .

ونصحت العاملة الصحية الأم بأن تأتي إلى المستشفى في الحال ومعها التوأمين ، وأن تبقى معهما هناك حتى يكبرا ويقويا . ولوأمات الأم برأسها بالقبول ، إلا أنها سرعان ما أجهشت بالبكاء .

وأتى أحد أشقاء زوجها ليتبين سبب بكائها . فشرحت العاملة الصحية الوضع للرجل فزارت لثأرته . وقال : إن هناك أسباباً وجية كثيرة جعلت هذه الأم تبكي ، لأنها إذا أقامت في المستشفى فلن يكون هناك أحد يرعى طفلها الآخرين . وقد وفدت هي وزوجها مؤخراً إلى البلدة . ولا يوجد هناك شخص يعرفه طفلها ويطمئنان إلى الإقامة معه . كما أن الأم كانت تبكي خوفاً من العاملة الصحية فلما أنها قد تمتنع عن مساعدتها في المستقبل إذا لم توافق على الذهاب إلى المستشفى على الفور .

قواعد التشاور

من الواضح أن العاملة الصحية في المثال السابق لم تتعلم أساليب التشاور وإلا كانت قد اتبعت القواعد البسيطة التالية :

إقامة العلاقات

يُبدى المشاورون اهتماماً بالشخص المعني ورعاية لمصلحته . فهم يهتمون بإقامة علاقات طيبة مع الشخص الذي يحاولون مساعدته منذ البداية . والناس يكونون أكثر استعداداً للتحدث عن مشكلاتهم مع من يتقنون بهم .

التعرف على الاحتياجات

يحاول المشاورون فهم المشكلة كما يراها الشخص نفسه . ولا بد للناس من أن يتعرفوا بأنفسهم على مشكلاتهم ، ولا ينبغي أن يحدد المشاورون المشكلات لهم . ومن شأن أسلوب التعليقات الحرة أن يساعد في هذا الصدد (انظر الصفحة ٥٤) . أما واجب المشاور فهو الإصغاء بعناية .

المشاعر

على المشاورين أن ينموا إحساساً بالمشاركة العقلانية (أي تفهماً وتقبلاً) لا إحساساً بالمشاركة الوجدانية (أي أسىً وعطفاً) نحو مشاعر من يستشيرهم . فعليهم أن لا يقولوا « لا تقلق كثيراً على ذلك الأمر » . فمن الطبيعي أن يساور الناس القلق والخوف إزاء مشكلاتهم . والمشاور الماهر هو الذي يساعد الناس على إدراك حقيقة مشاعرهم وكيفية التعامل معها .

المشاركة

على المشاورين أن لا يحاولوا أبداً إقناع الناس بتقبل نصائحهم . فإذا ثبت خطأ النصيحة كانت النتيجة غضب المستشير وانعدام الثقة بينهما بعد ذلك . وأما إذا ثبتت صحة النصيحة فقد يتوكل ذلك الشخص على المشاور في حل كل مشكلاته .

فالشارورون يساعدون من يستشيرهم على التفكير في كل الأمور التي من شأنها أن تؤثر في المشكلة ويشجعونهم على اختيار أفضل الحلول المناسبة لأوضاعهم .

كتمان الأسرار

تعرض على المشاورين مشكلات شخصية عديدة قد يكون منها ما يسبب الحرج . ويجب أن تبقى هذه المعلومات سرية ولا يباح بها للآخرين حتى ولو كانوا من أقارب المستشير ذاته . فإن اكتشف أحد الأفراد الذين يشاورونك في أمورهم أنك بُحت للآخرين بشيء مما جرى أثناء التشاور ، فإن المستشير لن يثق فيك بعد ذلك بل وربما يتجنبك . فقد يقع ذلك الشخص في متاعب بسبب ما باح به المشاور إلى الآخرين . فعلى المشاورين أن يحترموا خصوصيات الناس الذين يمدون لهم يد العون . فلا يكشفون مطلقاً عن أي معلومات مالم يحصلوا على إذن خاص من صاحب الشأن .

المعلومات والموارد

رغم أن المشاورين لا يسدون نصيحاً ، إلا أن عليهم أن يشاركوا صاحب الأمر في الأفكار الخاصة بالموارد والمعلومات التي يحتاجها للتوصل إلى قرار سليم . فعلى سبيل المثال لا يدرك كثير من الناس العلاقة بين سلوكهم وبين صحتهم . كما أن المشاورين لا يلقون محاضرات ولا خطباً ، لكن عليهم أن يقدموا للناس حقائق مبسطة أثناء النقاش ليساعدوهم على رسم صورة أوضح لمشكلتهم .

ويمكن للعاملين الصحيين والعاملين في تنمية المجتمع أجمعين أن يمارسوا أسلوب التشاور في عملهم . كما أن الآباء والأصدقاء والمدرسين يمكن أن يقدموا المشورة كذلك . والعبرة هي أن يكون العامل الصحي أو المدرس أو الأب أو الصديق على إستعداد للإصغاء بعناية وأن يشجع الشخص المحتاج للمشورة على تحمل أكبر قدر من المسؤولية إزاء حل مشكلته .

والآن وقد اطلعت على قواعد التشاور أعيد التفكير في حالة أم الفوايين . كيف كان يمكن للعاملة الصحية أن تستغل زيارتها المنزلية على نحو أفضل ؟ ماهي التطبيقات والأمثلة التي كانت يمكن أن تطرحها لتوصل إلى المزيد من المعلومات عن مشكلات تلك الأم ؟ وكيف كان لأقاربها في المنزل يستطيعون أن يشاركوها في ذلك ؟ هل في مقدورك أن تفكر في حلول بديلة للمشكلة ؟

أنماط التشاور المختلفة

التشاور مع العائلات

قد يحتاج الناس إلى المساعدة من عائلاتهم لحل مشكلة . ومهارات التشاور مفيدة سواء كان المشاور يعمل مع فرد واحد أو مع عائلة بأسرها .



أحياناً يلزم إشراك العائلة كلها في حل المشكلة الصحية . تذكر أن كل عضو من أعضاء العائلة يضطلع بمسؤوليات مختلفة في البيت وعلى ذلك يمكنه أن يساعد بطرق مختلفة على إيجاد الحلول المناسبة .

فنحن حينما نعمل مع عائلة إما نتعامل مع أكثر من شخص واحد . من ثم فقد يكون هناك أكثر من مشكلة واحدة وأكثر من حاجة واحدة وبالتأكيد أكثر من حل واحد . وأعلم كذلك أن مختلف الأشخاص في نطاق العائلة مسؤوليات وسلطات مختلفة . فالأب ، على سبيل المثال ، قد يكون له القول الفصل في كيفية إنفاق العائلة لملأها . أما الأم فقد تتخذ معظم القرارات الخاصة بأنواع الأغذية التي تتناولها الأسرة . وأما الجدود فإن لهم نفوذهم في محافظة العائلة على العادات المتوارثة . اجت عن الشخص المناسب لكل مشكلة وتحدث معه عنها . وأظهر إحترامك دوماً لرب العائلة .

التشاور مع الأطفال

ستجد في العيادة أو في المدرسة أو في المجتمع أطفالاً لديهم مشكلات صحية أو عاطفية أو غير ذلك . ومن الممكن تقديم المشورة إليهم إن كانوا في سن تسمح لهم بالتحدث .

ويُفضل أن يكون الحديث مع الطفل على إنفراد . ويمكن الحصول على معلومات عن خلفية الطفل من والديه أولاً ، ثم يطلب منهما بطريقة مهذبة الانتظار في الخارج . فأحياناً يرغب الآباء في الإجابة عن الأسئلة جميعها ، فلا يعطون للطفل فرصة للتحدث . وقد يخشى الطفل التحدث عن أشياء معينة أمام والديه . وعلى المشاور أن يبين للأبوين أن الطفل قد يتحدث بمزيد من الحرية عندما لا يوجد آخرون .



هذه العاملة الصحية تنمو على الطفل . وهكذا تنمو الثقة وينشأ الاطمئنان . ولذا أصبح هذا الطفل الآن على استعداد للتحدث مع العاملة الصحية عن مشكلاته الصحية الخاصة .

إبدأ الحديث مع الطفل بالتحدث عن الأشياء التي تُساعده : فسله عن الألعاب المفضلة لديه مثلاً . وعندما يرتاح إليك ابدأ في التحدث معه عن مشكلاته . دع الطفل يحس أن كل ما يقوله سيكون سراً . وبذلك سوف يثق فيك ويتحدث معك بحرية

وصراحة . حافظ على وعدك بالسرية دائماً . فإذا عَلم الأيوان والمدرسون وغيرهم بما
باح به الطفل فإنه سوف يخافك ولن يسمح لك بمساعدته بعد ذلك .

اتبع قواعد التشاور مع الطفل كما تفعل مع الكبار . ولاشك أن في مقدور الطفل أن
يتعلم الكثير عن صحته من مشاور ماهر .

الزيارات المنزلية

يمكن أن يجري التشاور داخل العيادة أو في المدرسة ، لكن الزيارات المنزلية مفيدة
أيضاً . فعلى العاملة الصحية أن تزور جميع المنازل الموجودة في مجتمعها بانتظام . فإن
كانت القرية صغيرة ونحتوي على ما بين عشرة وخمسة وعشرين منزلاً يمكن إجراء
الزيارات مرة واحدة على الأقل كل أسبوعين . وأما في القرى الأكبر حجماً فيمكن
إجراء الزيارات مرة كل شهر . وهذه هي بعض دواعي الزيارات المنزلية :

- إقامة علاقات طيبة مع الناس والعائلات .
- الحث على الوقاية من الأمراض الشائعة .
- اكتشاف الأوضاع المحفوفة بالمخاطر وتعديلها في وقت مبكر قبل أن تتفاقم .
- تتبع التقدم الذي يحرزه المريض والتقدم في حل المشكلات الصحية الأخرى .
- تعليم العائلة كيفية مساعدة المريض .
- إخبار الناس بأحداث المجتمع الهامة التي تحتاج إلى المشاركة من جانبهم .

ويمكننا تعلّم الكثير من الزيارات المنزلية . فيمكننا أن نعرف كيف يمكن للبيعة
ولظروف العائلة أن تؤثر في سلوك الشخص . هل لدى العائلة موارد مثل بئر للمياه ؟
من هم الأقارب المقيمون في البيت ؟ هل يساعدون على تقديم الفرد أم أنهم يعوقونه ؟
عندما يكون الناس داخل بيوتهم فينهم يشعرون بأنهم أكثر سعادة وطمأنينة . وغالباً
ما نجد أن الناس يكونون أكثر استعداداً للتحدث وهم داخل بيوتهم مما لو كانوا في
العيادة . ففي العيادة قد يتناهبهم الخوف من أن يراهم أناس آخرون ويسترقوا السمع أثناء
حديثهم . وقد يوحون بمزيد من المعلومات وهم في البيت ففيه يشعرون بقدر أكبر من
الأمان .



عالمًا ما يشعر الأطفال بالخوف عندما يلم بهم المرض . وقبل أن تبدأ العاملة الصحية في معالجة الطفل وتقدم المشورة إليه عليها التأكد من أن الطفل يثق فيها ويشعر بحوها بالارتياح .

إن العرض الإيضاحي لطرق التغذية nutrition demonstration مثلاً قد يكون أكثر جدوى لو تمّ في بيت الشخص المعني . ففي البيت تستطيع العاملة الصحية أن تستخدم المواد والأدوات ذاتها التي تستخدمها ربة البيت . وهذا من شأنه أن يجعل العرض الإيضاحي أكثر واقعية والتعلّم أكثر سهولة . وسوف نتناول في الفصل الخامس كيفية إجراء العروض الإيضاحية وتنظيمها .

وإذا أقبلت على الناس بروح الود والتفاهم فسيرحبون بك في بيوتهم ، وسوف تجد فرصاً كثيرة للتثقيف الصحي .

متى كانت المرة الأخيرة التي قمت فيها بزيارة منزلية ؟ ماذا كان سبب تلك الزيارة ؟ هل قابلتك الناس بترحاب ؟ إن كان قد بدا على الناس التخوف فما الذي يمكنك فعله في المرة التالية لتحسين علاقاتك بهم ؟

هل استخدمت أسلوب التشاور في ذلك البيت ؟ كيف إستجاب الناس ؟ كيف يمكنك القيام بزيارة منزلية أفضل في المرة القادمة ؟



يمكن للعاملة الصحية أثناء قيامها بالزيارة المنزلية أن تتحقق من مدى تحسن حالة المريض ، وأن تلتقي بأعضاء الأسرة الذين في مقدورهم المساعدة في رعايته ، وأن تكتشف المشكلات الصحية الجديدة وأن تبحث على اتخاذ الإجراءات الوقائية .

الأساليب التثقيفية المستخدمة في التشاور

ثمة طرائق تثقيفية متنوعة يمكن استخدامها لمساعدة الأفراد والعائلات على حل مشكلاتهم . وبعض هذه الطرائق يُعين الناس على فهم سبب مشكلتهم . وبعضها يساعدهم على رؤية الحلول الممكنة ، بينما تعينهم طرائق أخرى على التوصل إلى القرارات المناسبة للعمل بها .

وقد رأينا في الفصلين الأول والثالث مدى الفائدة التي تعود علينا حين نضع أنفسنا في موضع غيرنا من الناس ، ونفهم أسباب سلوكهم ، ولكن يلزم الناس أنفسهم أيضاً أن يدركوا أسباب وجود المشكلة . ومن ثم فإن دورنا يتمثل أولاً في فهم المشكلة ثم مساعدة الناس على فهمها . وعلينا بعد ذلك أن نتكاتف معهم لإيجاد الحلول الملائمة لأوضاعهم .

وأحياناً قد لا يرحب الناس باتخاذ الإجراء اللازم لحل مشكلاتهم . فقد لا يشعرون أن الأمر يستحق بذل كل الجهد والوقت اللازمين . فنحثهم على تفحص قيمهم حتى يمكنهم اتخاذ قرار ما بشأن الأهمية التي يعطونها لصحتهم ورفاهتهم .

وهناك طريقة أخرى لمساعدة الناس على اتخاذ قرار بالعمل ، وتتمثل في استخدام أسلوب المكافأة الذاتية self-reward . فينبغي أن يقرر الناس مكافأة لأنفسهم إن هم واصلوا الإجراءات اللازمة حتى النهاية . وسوف نناقش هذين الأسلوبين في الصفحات ١١٢ - ١١٤ .

ومن الأهمية بمكان مساعدة الناس على انتقاء الحلول الملائمة لأساليب أدائهم لأعمالهم ومعتقداتهم . حاول أن تُعين الناس على تجنب الحلول التي لا تبعث على الارتياح ، وابحث عن بدائل عملية .

وقد يكون من المفيد أيضاً وصل الشخص بشخص آخر سبق أن غالب مشكلة مماثلة بنجاح كما في المثال التالي :

علمت السيدة لنجيل حديثاً بأنها مصابة بالداء السكري . وهي قلقة ، وما يقلقها هو كيف ستجيب في تغير غذائها وأنشطتها ، وكيف ستخبر بولها وتأخذ أدويتها . فقررت العاملة الصحية أنه قد يكون من المفيد أن تقدم السيدة أنجيل إلى السيدة بدرية التي تعالج من الداء السكري منذ خمس سنوات ، حيث تستطيع معاوتها وتشجيعها بناء على خبرتها الشخصية .

تذكر دائماً أن التشارب يتطلب أساساً إتباع نهج شخصي أو مهارة في الإصغاء ، وفي توفير المعلومات ومساعدة الناس على تحديد ما هو أفضل بالنسبة لهم .

إن العروض الإيضاحية وعرض الأشياء الحقيقية طرائق تثقيفية يمكن استخدامها لدى إعطاء المشورة للأفراد .

تيسير اتخاذ القرار وإعماله

ماهي الأمور التي نوليها أعظم قيمة ؟

كما ذكرنا في الفصل الأول ، إن القيم هي المعايير والمعتقدات البالغة الأهمية لنا والتي من شأنها أن تؤثر في سلوكنا . ومن الأمور التي يعظم الناس شأنها التقدم والسعادة والصدقة والأمن والراحة . وإذا سئل الناس عن الصحة ، فإن معظمهم يجيب بأنها تاج على رؤوس الأصحاء ، ولكنهم في أغلب الأحوال لا يذكرونها إلا عندما يفقدونها .

ورغم أن الناس شديلو الإيمان بقيمهم فهم لا يتخذون دائماً السلوك الذي يتمشى معها . بل إنهم لا يدركون في الغالب أنهم يسلكون سلوكاً مخالفاً لقيمهم ، كما يتضح من الأمثلة الواردة بعد :



إن هذه العاملة الصحية تتشاور مع السيدة عن أساليب تنظيم الأسرة .

فالناس يقدرون أطفالهم تقديراً عظيماً . ويعتبرون أن المرء يعتز بأن يكون والداً . ورعاية الأطفال واجب خاص يجب أن لا يؤخذ ببساطة . ولكنك قد ترى أحياناً عائلة

تتفق ما يزيد عن حاجتها من مال على الملابس القشبية أو السجائر رغم ما يعانيه أطفالها من نقص في الوزن وزيادة في المرض . وربما يكون السبب في ذلك هو أن العائلة ترغب في اقتناء ملابس جديدة لحضور عرس أحد الأقارب . وربما يكون السبب في تدخينهم السجائر هو أن أصدقاءهم يفعلون ذلك ، أو أن ذلك أسلوب يسهل اختلاطهم بالناس . وربما يعتقد بعض الناس أن تدخين السجائر يساعدهم على حسن التركيز في أعمالهم . وقد تجهل العائلة أن الأطفال يحتاجون إلى أنواع معينة من الأطعمة التي تضمن لهم الصحة والعافية . ولعلك تستطيع أن تفكر في أسباب أخرى تدفع هذه العائلة إلى هذا السلوك ، إذ لا يرجح أن يكون الأب والأم راغبين في إيذاء أطفالهما . ويحتمل أنهما لا يدركان أن سلوكهما يتعارض مع القيمة الكبيرة التي يضيفانها على الأطفال .

والآن انظر إلى مثل التلميذ المصاب في أحد أصابع قدميه . إنه يشكو مرّ الشكوى من الألم . وهو يقول إنه يقدّر صحته . ويطلب منه العامل الصحي الحضور إلى العيادة لأخذ حقن على مدى خمسة أيام . وبعد مرور اليوم الثاني يتقطع التلميذ عن الحضور . وهناك مبررات كثيرة محتملة لهذا الانقطاع . فربما يكون الألم قد خف فظنّ التلميذ أن الحقتين كافيتين . وربما كانت المسافة إلى العيادة طويلة أو ربما كان لديه عمل هام أو امتحان في المدرسة . وقد يكون خائفاً من العامل الصحي . وأياً كان السبب فمن الأرجح أنه لا يدرك أن سلوكه يتناقض مع قيمة الصحة التي أعرب عنها .

تفحص قيمك . ربما يتطلب ذلك منك إمعاناً عميقاً في التفكير . ماهي الأمور الخمسة التي توليها أعظم قيمة ؟ تأمل في إحدى هذه القيم . ارجع بذاكرتك إلى الأسبوع الماضي . هل كنت تسلك سلوكاً يمتشي مع قيمة معينة لديك ؟ إذا كان الأمر على عكس ذلك فما هي الأسباب ؟ لماذا يعللر على الناس التصرف بمقتضى ما يؤمنون به من قيم ؟ ما الذي يمكنك فعله لتجعل سلوكك يمتشي مع قيمك ؟

تكيف السلوك ليتفق مع القيم

إن دورنا هو معاونة الناس على أن يروا بوضوح كيف أن قيمهم ليست متوافقة مع سلوكهم ، فلعلهم يحاولون تغييره . وإذا كان عليهم أن يفعلوا ذلك ، فيلزمنا مساعدة الناس على اكتشاف أهم الأمور في حياتهم . ويمكن القيام بذلك على خير وجه مع الأفراد ، وإن كان يمكننا أيضاً القيام به مع الجماعات الصغيرة . إن القيم مسائل

شخصية للغاية ، والأرجح أن الناس لا يفصحون لغيرهم عن قيمهم الخاصة وعن سلوكهم المتناقض مع تلك القيم .

إن مناقشة هذا الموضوع تشكل عادة جزءاً من جلسة التشاور الفردية . ولعلك قد تبنت الآن بالفعل بعض المشكلات التي يواجهها الفرد وبعض أسباب تلك المشكلات . فابدأ بسؤاله عن أهم الأمور في حياته ، وأي من هذه الأمور يولها قيمة أكثر من غيرها . سلّه عما يفعله من أعمال ترتقي إلى مستوى تلك القيم . فإذا كان يعظم قيمة الصحة فما الذي يفعله ليحافظ على صحته ؟ وإذا كان يولي الأطفال قيمة كبرى فما الذي يفعله لضمان تنشئة أطفاله ليصبحوا أقوياء ناجحين ؟

وحالما تتضح للأفراد الأمور التي لها أسمى قيمة في حياتهم ، سلهم عما إذا كانوا يتصرفون دائماً بطريقة تتسجم مع تلك القيمة . فإن أجابوا بالنفي فسلهم عن السبب . ابحث عما يجعل من الصعب عليهم أن يحيا دائماً وفق قيمهم . كذلك إن لاحظت أي تباين بين القيم التي يؤمن بها الشخص وبين تصرفاته فوّجه نظره برفق إلى ذلك التباين . فإدراك هذا التباين خطوة ضرورية للغاية على طريق العزم على تعديل السلوك . ولكن حالما يقرر الشخص تعديل بعض عاداته وجب عليه الالتزام بهذا القرار يوماً بعد يوم حتى يصبح جزءاً من أسلوب حياته . وهذا غالباً ما يكون أمراً عسيراً . وسوف نرى الآن كيف يمكن تقوية ذلك العزم لدى الناس حتى يمارسوا عادات صحية .

إستخدام أسلوب مكافأة النفس

إذا عادت على الناس فائدة من تصرف ما ، فإن ذلك يكون مشجعاً ودافعاً لهم لتكرار هذا التصرف ، فيمكن للمكافآت أن تحث الناس على السلوك الصحي القويم . ولكن يجب استخدام هذا الأسلوب بحذر . فأولاً يجب أن لا تقدم المكافآت إلا عندما يكون تغيير السلوك عسيراً (ومثال ذلك تدخين السجائر) .

وثانياً يجب أن يدرك العامل الصحي أنه من الممكن تماماً خداع شخص بإغرائه بالمكافأة ومن ثم إحداث مشكلات كثيرة . ولتجنب ذلك تأكد دائماً من أن الناس يختارون من أنماط السلوك الصحية ما يريدون تحقيقه . وثانياً أنهم يختارون ما يرضيه هو من مكافآت . إن عدم إتخاذ الحيلة عند منح المكافآت من شأنه أن يحدث مشكلات كالمشكلة التالية :

إن السيد « نعيم » مصاب بفرط ضغط الدم . ومن المعروف أن يذهب إلى العيادة مرة كل شهر للتحقق من ضغط دمه ، وتجديد مؤتمته من الأدوية . لكنه للأسف لا يحضر إلى العيادة إلا عندما تردى حالته الصحية .

وكان الطبيب المناوب قلقاً على صحة السيد نعيم . فقال له أنه سيدفع تكاليف انتقاله لو أتى في موعده كل شهر ، فوافق السيد نعيم على ذلك وبدأ يحضر بانتظام إلى العيادة .

وبعد عدة أشهر نُقل هذا الطبيب إلى مستشفى آخر ، وعندما التقى نعيم الطبيب الجديد طلب منه النقود ليدفع ثمن انتقاله ، فلعش الطبيب وقال إنه لا يستطيع تحمل دفع نقود للمرضى كل شهر . فانصرف نعيم غاضباً . ومنذ ذلك اليوم لم يعد إلى العيادة . وعندما كانت حالته تسوء كان يشتري الدواء من صيدلية في منطقته .

في هذا المثال أخفق الطبيب في مساعدة نعيم لأنه جعل زمام الخيارات كلها في يده . وفي مجال التثقيف الصحي يجب أن يقرر الناس بأنفسهم تغيير سلوكهم ، وأن يختاروا المكافآت التي يكافئون بها أنفسهم جزاءً على ما حققوه من نجاح . ومن المهم كذلك تجربة أساليب أخرى أولاً . فلو كان السيد نعيم يعاني من ضائقة مالية لكان من الأفضل وصله بإحدى مؤسسات الرعاية الإجتماعية .

وفيما يلي مثال آخر يبين كيف أن إحدىعاملات الصحيات شجعت المريض على الاشتراك معها في اختيار مكافأته لنفسه .

كان السيد « حامد » مصاباً بالسعال منذ عدة سنوات . وقد ساعدته العاملة الصحية على إدراك أن السجائر تزيد سعاله سوءاً . وعندما فهم ذلك قال إنه يريد الإقلاع عن التدخين . وحاول أن ينقص عدد السجائر التي يدخنها ، ولكنه بحلول الأسبوع التالي أصبح يدخن نفس عدد السجائر التي كان يدخنها من قبل . وعاد إلى العاملة الصحية يطلب منها العون .

فأصغت إلى حديثه ، وأبدته في أنه يمر بمرحلة عصية . وطلبت منه أن يخبرها عن بعض الأنشطة التي يحب القيام بها في وقت فراغه . فقال الرجل إنه يحب لعب الشطرنج مع جاره . وسألته عما إذا كانت لديه أطلعمة مفضلة . فقال إن الدجاج هو أكلته المفضلة ولكن ليس في مقدوره دائماً الظفر بها فزوجته لا تظهي الدجاج إلا مرة في الشهر أو مرتين .

عندئذ شرحت العاملة الصحية له فكرة المكافأة . وقالت إنه في وسعه أن يكالئ نفسه بشيء يحبه لو ألتنع عن التدخين . وفكر السيد حامد في ذلك الأمر ملياً . وقال إنه سيتحدث مع جاره وزوجته في هذا الشأن . وفي الأيام التي كان يتمتع فيها عن التدخين كان يلعب الشطرنج مع جاره . أما إذا ما دخن السجائر فكان يمكث في بيته ولا يلعب ، لقد كان يحب لعب الشطرنج حياً جاً ، وعلى ذلك فمباراة الشطرنج من شأنها أن تكون مكافأة له ، وكان من الممكن أن يذكره جاره أثناء

المباراة مع عدم التدخين . (إن مساندة الأصدقاء والأقارب عامل آخر مهم في التثقيف الصحي) . كما أنه كان يدخر الأموال المتوفرة من التدخين ثم يعطيها لزوجته لتطبخ وجبة من الدجاج . وكانت تلك مكافأة محبة إلى نفسه .

وأخيراً لابد أن تكون المكافأة شيئاً مفيداً للشخص . فقد يقول طفل « إنني أريد قطعة من الحلوى إذا قمت بتنظيف أسناني كل يوم » . ولكن أكل الحلوى كل يوم ليس في صالح صحة الأطفال . لعل قدراً يسيراً من الحلوى في نهاية الأسبوع يكون كافياً . ولذلك يفضل أن تبحث لهذا الطفل عن مكافأة أخرى .

قارن بين المثلين الخاصين بالسيدتين نعيم وحامد . في أي هاتين الحالتين كان العامل الصحي مصعباً في استبعاد المكافآت ؟ هل يمكنك أن تفكر في أساليب أفضل من أسلوب المكافأة لحث السيد نعيم على الذهاب إلى العيادة ؟ هل تستطيع أن حامد سوف يحافظ على وعده بالإقلاع عن التدخين ؟ وإلى جانب أسلوب المكافأة ماهي الأساليب التثقيفية الأخرى التي يمكن أن يسمعين بها كل من نعيم وحامد ؟

نموذج لجلسة التشاور

فيما يلي مثال لمشكلة تستلزم التشاور : طلب أحد المدرسين من العامل الصحي أن يتحدث مع تلميذ من تلاميذه ، وابلغه معلومات كثيرة عن ذلك التلميذ . فهو يبلغ من العمر سبعة عشر عاماً ، وفي رأيه أنه ذكي ولكنه تغيب كثيراً عن المدرسة في الآونة الأخيرة . وكان يبدو عليه التعب دائماً . إنها السنة النهائية بالنسبة له . وكان المدرس قلقاً لأنه قد لا ينجح في الامتحانات .

وتبين من المناقشات الواردة بعد ما يمكن للعامل الصحي أن يفعله في مثل هذا الموقف . وانتبه إلى ما يقول . ولا حظ أنه يسأل أسئلة عامة لجعل التلميذ يبدأ في الحديث بحرية ، فهو يُرحَّب به ويحاول أن يقيم معه علاقة طيبة ، ويستمع بعناية إلى كل ما يقوله . ولم يقدم العامل الصحي أي نصيحة إلا بعد أن استمع للقصة الكاملة التي تكمن وراء مشكلة التلميذ .

كذلك فإن العامل الصحي قد شجع التلميذ على أن يفكر بعناية في المشكلة حتى يتمكن - أولاً - من فهم أسبابها فهماً أفضل . وثانياً - من التوصل بنفسه إلى الحلول

الممكنة . تذكر أن الناس يكونون أكثر التزاماً بحل مشكلاتهم إن هم إشتروا في إيجاد الحلول المناسبة لها .

إن كنت مع جمع من الناس يمكنك أن تحول هذا النموذج من جلسات التشاور إلى مسرحية أو تمثيلية صغيرة لغرض التدريب . أطلب من كل شخص من الحاضرين أن يقرأ المناقشة مرة واحدة . وادع اثنين من المتطوعين للاشتراك في التمثيلية على أن يقرأ أحدهما بصوت عال دور العامل الصحي بينما يقرأ ثانيهما بصوت عالي أيضاً ما يقوله التلميذ . ستكون هذه طريقة مفيدة للتدريب على التشاور .

نموذج جلسة التشاور

العامل الصحي : صباح الخير . آمل أن تكون جميع أحوالك وأحوال والديك طيبة .
التلميذ : أشكرك . كلنا على مايرم ، إلا أمني فإنها تشعر ببعض الألم في ظهرها .
العامل الصحي : أعتقد أن هذه هي السنة التالية بالنسبة لك في المدرسة ، فكيف تسمر دراستك ؟
التلميذ : إنني عادة متفوق في دراستي ، لكن السنة التالية كما تعلم صعبة دائماً .
العامل الصحي : هل كانت صحتك جيدة طوال هذا العام ؟
التلميذ : في الواقع أنني أشعر بالضعف وتناثني حالات من الصداع المتكرر . وظننت أنني مصاب بالبرد (الملائيا) لكنني لست متأكداً من ذلك .
العامل الصحي : إن البرداء تنتشر في هذا الوقت من السنة فهل أخذت أدوية لها ؟
التلميذ : لقد أخذت كل المقرري لي من أقراص الكلوروكين حوالي ثلاث مرات حتى الآن . لكن لا يبدو مطلقاً أنني شفيت تماماً .
العامل الصحي : إن الأقراص ضرورية لكن الدواء وحده لا يحل كل مشكلاتنا . هل تأكل جيداً ؟
التلميذ : اعتقد ذلك .

العامل الصحي : أخبرني بما تناولته من طعام في الأيام القليلة الماضية ؟
التلميذ : أول كل شيء إن أمني تطلب مني دائماً أن أتناول فطوراً جيداً ، لذلك كنت أصنع لنفسي ولأخوتي أطباقاً كبيرة من البلبلة ، كما أنني أحاول دائماً شراء الفواكه .
العامل الصحي : تقول إنك تقوم ببعض أعمال الطهو والتسوق ؟
التلميذ : هذه مهام ضرورية . فمئذ سنوات قليلة عطلت أصيبت أمني في ظهرها . ويسبب لما ذلك كثيراً من المتاعب الآن . وقال الطبيب أنها تتقدم في السن ولا يستطيع أن

يفيدها كثيراً . لقد أعطوها كثيراً من مخففات الألم ، وأوصانا الطبيب بأن نفعل كل ما في وسعنا لمساعدتها . ولما كنت أنا الابن الأكبر فإن كل المسؤوليات تقع على عاتقي .

العامل الصحي : ماهي الأعمال اليومية الأخرى التي تقوم بها ؟

التلميذ : إنني أساعد في إعداد العشاء كذلك . وأما بخصوص تنظيف البيت فإنني أشرك فيه إختوني الصغار . لكن علي أن أراقبهم لأتأكد من أنهم يؤدون ذلك كما ينبغي .

العامل الصحي : مع كل هذا العمل متى تجد وقتاً للاستذكار ؟

التلميذ : إنها مشكلة . من الصعب علي حقاً القيام بأي مذاكرة جادة إلا عند الانتهاء من الأعمال المنزلية ، وعندما يأوي الأطفال إلى فراشهم . عندئذ أقوم بالقراءة في ما تيسر لي من الوقت أو حتى ينجلي النعاس .

العامل الصحي : أين تذاكر بهراحة ؟

التلميذ : لدينا حجرتان فقط نعيش فيها . وإحدى هاتين الحجرتين هي حجرة نوم مخصصة لوالدنا . وأما الحجرة الثانية فهي حجرة الجلوس والطعام ونوم الأطفال . ولهذا لا يمكنني التركيز في مذاكرتي إلا عندما يستغرق الصغار في النوم . بل إنني لا أحاول تقوية ضوء المصباح حتى لا يستيقظ إختوتي فيزعجوني .

العامل الصحي : أرى أن ظروفك قاسية ، فماذا قلت أرى أن هناك كثيراً من الضغط عليك . وأحس أنك أن عليك تحمل ثمات أسرتك ، لكنني أعتقد أن هذا العمل الزائد والاضطلاع بكل تلك المسؤوليات والقراءة في ساعات متأخرة من الليل كلها عوامل أسهمت فيما اعتراك من الضعف ونوبات الصداع . فهل يدرك لك ذلك معقولاً ؟

التلميذ : أظن أنني لم أفكر أبداً في الأمر بهذه الطريقة من قبل ، والآن انتضحت الصورة أمامي . ومع هذا فإنني مضطرب البال . فكما قلت إن علي أن أقوم بأداء الأعمال المنزلية . فكيف لي أن أحل هذه المشكلة ؟

العامل الصحي : أولاً ، ما الذي تريده ؟

التلميذ : إنني أودع في اجتياز امتحانات هذا العام ، لذلك ربما أكون في حاجة إلى مزيد من الاستذكار .

العامل الصحي : لتكون قادراً على مزيد من الاستذكار لا بد وأن تكون قوياً ومستريحاً .

التلميذ : هنا صحيح ، لذلك علي أن أبحث عن سبيل يجعلني أحصل على المزيد من الراحة .

العامل الصحي : فلنفكر سوياً في توفير مزيد من الوقت لمذاكرتك . تقول أنك تمدّ وجبة العشاء وأنت تشتري حاجياتكم من السوق . ما الذي تفعله منذ تغادر المدرسة وحتى الوقت الذي يتعين عليك فيه أن تعد العشاء ؟

التلميذ : أذهب عادة إلى السوق بعد انقضاء الدراسة لشراء الأشياء البسيطة التي احتاجها لوجبة الغداء . وهناك ألتقي بعض أصدقائي وتتجاذب أطراف الحديث وتلعب ونسمر مدة من الوقت . وعندما أرى الشمس آخذة في الأفول أعود إلى البيت لأبدأ في إعداد الطعام .

العامل الصحي : اللعب ضروري للمحافظة على لياقتك البدنية ، لكن ألا ترى أنه في الإمكان توفير بعض الوقت بعد الدراسة يومين في الأسبوع لتذاكر قليلاً ؟ فالقراءة في ضوء النهار أفضل لميتك منها في ضوء المصباح الخافت .

التلميذ : هذا معقول . رغم أنني في الحقيقة أحب اللعب مع أصدقائي .

العامل الصحي : أنا لا أقول أنه لا بد وأن تتوقف عن اللعب ، فالبعب يملك على المحافظة على صحتك . لكن عليك أن تفكر فيما هو أكثر أهمية بالنسبة لك . ويبدو أنك قلق على واجباتك المدرسية . وعليك أن تقرر ماذا يمكن أن تضحي به من أجل دراستك . إنك الآن تضحي بصحتك .

التلميذ : انني لم أفكر على هذا النحو من قبل . ومع ذلك فأنت على حق ، إنني أقدر دراستي حق قدرها . ومالم أكن معالي وسلم الصحة فلن أوفق . إنني أستطيع البقاء في المدرسة ساعة إضافية حيث أقرأ دروسي على مقعدتي الفصل . وهناك لن يزعجني أحد ، بل ربما يكون المدرسون لا يزالون هناك ، فيجيبون عن ما يسألني من أسئلة . وأصدقائي لن يفتقدوني إذا ما غبت عنهم ساعة واحدة ، وبمدها يمكن أن ألحق بهم . ولتكني أن لا يضايقوني بسبب بقائي في المدرسة .

العامل الصحي : هل أصدقائك على علم بالمشكلات التي تواجهها في البيت ؟

التلميذ : نعم بالطبع فهم يمرون بالبيت في العطلات الأسبوعية ليحيوا أمي ويسألون عن صحتي . وأظن أنهم سوف يقدرون موقفني ولا يسخرون مني .

العامل الصحي : والآن ماذا عن العطلات الأسبوعية ؟ هل يمكنك أن تدبر أئامها وفقاً للمذاكرة ؟

التلميذ : غالباً ما يضع صباح يوم الجمعة في شراء حاجياتنا . وبعد ذلك لا يكون البيت هادئاً . فإخوتي الصغار يمرون داخلين وخارجين . وبعد ذلك يأتي الزائرون .

العامل الصحي : هل من الضروري أن تظل في البيت لتذاكر ؟

التلميذ : فهمت مقصدك . يمكن أن أرى إذا ما كان أحد الفصول الدراسية متاحاً ، أو أذهب إلى مزرعة والدي . فهناك سكرون وهواء دائماً . ويمكن أن أأخذ معي بعض الوجبات الخفيفة ، وأجلس تحت الأشجار الكبيرة واستظل بها .

العامل الصحي : ما أعظم قدرتك على التفكير في كثير من الحلول . لقد كان المدرس على حق إذن فأنت تلميذ نجيب ، والآن يهمني أن أعلم شيئاً عن اشتراكك الصغار . كم تبلغ أعمارهم ؟

التلميذ : من يليني عمره ثلاثة عشر عاماً ، وبعده توأمان عمرهما تسعة أعوام .

العامل الصحي : هل شقيقتك ذو الثلاثة عشر عاماً متفوق أيضاً ؟

التلميذ : إنه يحاول بذل أقصى جهده ، وكانت درجاته مرتفعة مثل درجاتي ، ولكنه أن يكون أحسن من ذلك .

العامل الصحي : كم كان عمرك عندما بدأت آلام الظهر عند أمك ؟

التلميذ : حوالي أربعة عشر عاماً .

العامل الصحي : وهل كان عليك أن تقوم بشراء احتياجاتكم منذ ذلك العمر ؟

التلميذ : نعم .

العامل الصحي : كنت أفكر فيما لو كان أخوك تلميذاً نجيباً مثلك ، وحيث أنه يقرب من سن الرابعة عشرة ، فلماذا لا يبدأ في تحمل مزيد من مسؤوليات البيت ؟ ما رأيك في هذا ؟

التلميذ : كنت احتره دائماً صغيراً جداً . ولكن بما أنني كنت أستطيع شراء الحاجيات وأنا في مثل عمره فاني متأكد من أنه قادر مثلي على ذلك . ربما نستطيع أن نتناوب أعمال الطهو وغيرها من الأعمال . وبهذا يتوفر لي مزيد من الراحة ومزيد من الاستذكار .

العامل الصحي : مع كل ما أوردت من أفكار ، فإني على يقين أنك لن تصادف صعوبات في دراستك . ولكن أرجو أن لا تتردد في زيارتي إذا كان لديك أو لدى أي من أفراد أسرتك أي مشكلة . والآن قبل أن نتركي أرجو أن تذكرني بالتصرفات التي ستقوم بها لحل مشكلاتك . فإن ذلك سيجعلنا على التأكد من أننا لم نفيّل أي شيء ومن أننا راضون عما توصلنا إليه من قرارات .

التلميذ : أولاً ، إنني في حاجة إلى مزيد من الراحة وإلى توفير وقت أطول للمذاكرة . سأظل قريبة الساعة في المدرسة بعد الدراسة كي أتمكن من الاستذكار في ضوء النهار . كذلك سوف أذهب في العطلات الأسبوعية إلى المزرعة للمذاكرة . وفي البيت سأتناوب العمل مع شقيقي في الطهو وغيره من الأعمال المنزلية .

العامل الصحي : أشكرك . هذا حسن . والآن بلغ تحياتي لوالديك .

التلميذ : سأفعل . أشكرك على مشورتك وتوجيهك ، وإلى اللقاء .

في هذا المثال لم يزعم العامل الصحي أنه فهم مشكلة التلميذ إلا بعد أن حصل على المعلومات الكافية . وهو لم يُكره الصبي على إتباع نصيحته . بل إنه ظل يشجعه على تدبر مشكلته وعلى أن يتخذ قراراته بنفسه . وكان يطرح الأسئلة التي تُعين الصبي على أن يفكر بعناية وجدية في أسباب مشكلته .

وعندما اكتشف العامل الصحي أن الصبي لا يرغب في التخلي عن وقت اللعب طلب منه أن يتفحص قيمه . وساعده على معرفة الأشياء الهامة لديه وقام بتوجيه نحو الاختيار بين البدائل . ثم توصل الاثنان إلى حل وسط يمكن الصبي من القيام بمزيد من واجبات الدراسة من دون أن يتخلى عن اللعب مع رفاقه .

المزيد من التمرين على عملية التشاور

التشاور شأنه شأن أي مهارة أخرى يتحسن بالتمرين والممارسة . اجمع بعض العاملين الصحيين والعاملين في تنمية المجتمع واشتركوا معاً في تمثيلية (انظر الصفحات ١٧٨ - ١٨٥ للحصول على مزيد من التفاصيل عن التمثيليات) . وليضطلع أحدكم بدور المشاور ، ويقوم الآخر بدور الأم التي يشكو طفلها من التهاب الأذن . وأما من بقي من العاملين فيقومون بدور جمهور المشاهدين ، وعلى عاتقهم تقع وظيفة هامة هي أن يهتموا بمشاهدة التمثيلية ، وعند الانتهاء منها عليهم أن يقدموا اقتراحاتهم لتحسين مهارات التشاور .

إقتراحات لمن يقوم بدور الأم

عليك أن تتصرفي نفس التصرف الذي تقوم به الأم العادية في مجتمعها . ما الذي تعتقده الأم سبباً للعرض ؟ ماهي الصفات « البلدية » التي ربما تكون قد استخدمتها قبل ذهابها إلى العيادة ؟ ربما يكون المشاور مهتماً بالأحوال المعيشية لعائلة الأم وأعمالها . اختلعي قصة عن نفسك حتى تستطيعي أن تجيبي على المشاور بإجابات واقعية . لقد رأيت بنفسك الأمهات يترددن على العيادة كثيراً . أحياناً ما تكون هؤلاء الأمهات فلفقات خائفات . فخصري بنفس الطريقة التي تتصرف بها الأمهات اللاتي رأيتن . فهذا من شأنه أن يحسن أداء التمثيلية .

إقتراحات لمن يقوم بدور المشاور

تذكر خطوات التشاور . فكر في الأدوات الثقيفية التي يمكنك إستخدامها . هل يمكنك أن تقدم عرضاً إيضاحياً لمهارة يلزم للأم أن تتعلمها ؟ هل يمكنك الاستعانة بملصقات ومعلقات وصور ؟ ربما لا يكون لديك شيء من ذلك .. يمكنك في التمثيلية أن تفترض أنها لديك . هل في مقدورك أن تأتي بقصة أو بأسطورة أو بمثل شعبي ؟ هل يتطلب الأمر أن تساعد الأم على الحصول على مساندة من أفراد العائلة ؟

لا تتعجل أثناء التشاور

فمن الطبيعي أن يسير التشاور بخطى وثيدة في البداية . وبعد قيامك بكثير من التمرينات وممارسة التشاور بصورة واقعية ، فإن مهاراتك سوف تُصقل . وسوف تكون أقدر على تفهم المشكلات بطريقة أسرع وانتقاء الأدوات التثقيفية بطريقة أسهل .

ولمزيد من التمرين استخدم حالة أم التوأمين كأساس لثنيئية (أنظر الصفحة ١٠١) . ويمكن أن يقوم الناس الذين جمعهم بدور العاملة الصحية والأم وشقيق الزوج وغيرهم من الأقارب . ويجب أيضا أن تؤلف تمثيلياتك من واقع المشكلات الصحية التي مرت بك في العيادة أو في المدرسة أو في المجتمع . وادع دوماً نقرأ من الناس لمشاهدة الثنيئية كي يقدموا اقتراحاتهم في نهايتها بفرض تحسينها .

وأياً كان الموقف تذكر أن التشاور ينطوي على مراحل أربع :

- ١ - مساعدة المستشار على أن يحدد المشكلة .
- ٢ - مساعدة المستشار على أن يعرف لماذا هي مشكلة .
- ٣ - تشجيع المستشار على أن يفكر في عدة حلول ممكنة للمشكلة .
- ٤ - جعل المستشار يختار أنسب الحلول .

التثقيف الصحي للجماعات

إن العمل مع الجماعات نشاط أساسي من أنشطة التثقيف الصحي . فعندما يجتمع الناس بعضهم مع بعض للتعرف على مشكلة ما ، وتعريفها وإيجاد حل لها ، يتوافر لهم قدر من الموارد أكبر مما يتاح في العمل الفردي . وما لا يستطيع عدة أشخاص فرادى أن يفعلوه بأنفسهم ، تستطيع الجماعة أن تفعله . فالجماعات توازر أفرادها في ممارسة السلوك الصحي . كما أنها تمكن الناس من أن يتعلموا بعضهم من بعض .

ويتناول هذا الفصل أولاً مايلي :

- ماهي الجماعة (الصفحة ١٢٢) .
- الجماعات الرسمية والتجمعات غير الرسمية (الصفحات ١٢٣ - ١٢٥)
- سلوك الناس في الجماعات الرسمية (الصفحات ١٢٥ - ١٢٨) .
- ثم بعد مناقشة القيمة التي ينطوي عليها تثقيف الجماعة (الصفحة ١٢٨) ، تعالج بشيء من التفصيل طرق التثقيف الصحي فيما يتعلق بالجماعات التالية :
- الجماعات أو التجمعات غير الرسمية (الصفحات ١٢٩ - ١٤٠) .
- الجماعات أو التجمعات الرسمية (الصفحات ١٤١ - ١٤٤) .
- جماعات المناقشة (الصفحات ١٤٥ - ١٤٨)
- جماعات المساعدة الذاتية (الصفحات ١٤٩ - ١٥٢)
- الفصل (الصف) المدرسي (الصفحات ١٥٢ - ١٥٨) .
- التثقيف الصحي في موقع العمل (الصفحات ١٥٨ - ١٦٣) .
- العروض الإيضاحية (الصفحات ١٦٤ - ١٦٨) .
- دراسات الحالات (الصفحات ١٦٨ - ١٧٣) .
- التثليات (الصفحات ١٧٣ - ١٧٩) .

- جلسة تدريب جماعي (الصفحتان ١٨٠ - ١٨٢) .
- الفريق الصحي (الصفحات ١٨٣ - ١٨٦) .
- إدارة الاجتماعات (الصفحات ١٨٦ - ١٩٤) .

لكل جماعة من هذه الجماعات شخصية قائمة بذاتها . ولكل منها إمكاناته المختلفة للعمل . ولا بد للعمل بفعالية مع أي جماعة من إستخدام أنسب الطرائق لتلك الجماعة .

ماهي الجماعة ؟

تمشياً مع غرض هذا الكتاب تُعرّف الجماعة بأنها تجمع من شخصين أو أكثر من الناس الذين لهم مصلحة مشتركة . وإليك أمثلة لجماعات توجد عادة في المجتمع :

- الأسرة .
- مجلس القرية .
- العاملون في مصنع أو مشروع تجاري واحد أو مؤسسة واحدة .
- مجموعة التلاميذ في فصل مدرسي .
- جمعية تعاونية زراعية .
- الحاضرون معاً لأي إحتفال ديني .
- الجمعيات النسائية .
- نوادي الشباب .
- جمعية أو نقابة للحرفيين .
- أصدقاء يجتمعون معاً للاستجمام والترفيه .
- أناس يستقلون حافلة معاً .
- جماعات المرضى في العيادة .

الجماعات الرسمية والتجمعات غير الرسمية

هناك نوعان رئيسيان للجماعات : جماعات جيدة التنظيم إلى درجة كبيرة ، مثل الجمعية التعاونية الزراعية ، وهي في العادة جماعات رسمية . وجماعات ليست منظمة مثل تجمع الناس في السوق في يوم معين ، وهي تجمعات غير رسمية .

وفيما يلي بعض خصائص الجماعات الرسمية :

- الجماعة الرسمية يكون لها هدف أو غرض يعرفه كل أفرادها ويوافقون عليه ويحاولون تحقيقه عن طريق عملهم معا مع الآخرين .
- تؤسس الجماعة الرسمية على فكرة العضوية التي تضم كل أفراد الجماعة بحيث يمكنهم معرفة من ينتمي إليهم ومن لا ينتمي .
- للجماعة الرسمية قادة معترف بهم (والقادة أعضاء في الجماعة يضطلعون بمسؤوليات خاصة تتصل بتوجيه الجماعة نحو تحقيق أهدافها) .
- للجماعة نشاطات منظمة مثل الاجتماعات المنتظمة والمشروعات .
- للجماعة قواعد يوافق الأعضاء على إتباعها .
- وتتم الجماعة بمصالح أعضائها .

أما أفراد التجمعات غير الرسمية فإنهم يشتركون في بعض السمات ولكن ليس لهم هدف خاص يحاولون تحقيقه متضافرين ، ومن أمثلة ذلك أن معظم المترددين على عيادة الأطفال دون سن المدرسة أمهات (مع أطفالهن) : فالسمات المشتركة لهذه الجماعة هي أن كل أعضائها أمهات وأن كل أم منهن مهتمة بطفلها . وبالطبع عندما تلقي هذه الجماعة في العيادة ، قد تشرع في تحقيق مهمة معينة ، وربما تكون هذه المهمة مبنية على اقتراح من العامل الصحي .

وفيما يلي بعض خصائص التجمعات غير الرسمية :

- تتجرد هذه الجماعة من صفة العضوية والإحساس بالانتماء .
- الناس ينفذون ويروحون إليها كما يشاعون .

- بينما قد يوجد في التجمعات غير الرسمية أشخاص لهم أهمية في المجتمع ، فلا يوجد لها قائد خاص بها . وقد تأتي القيادة في الواقع من خارج الجماعة . فالممرضة مثلا ، قد تتولى قيادة تجمع من المرضى .
- ليس للجماعة غير الرسمية عادة نشاط خاص يخططه الناس بأنفسهم ، كأولئك الذين يحضرون مثلا لمشاهدة مباراة لكرة القدم ، إذ يتصادف وجود الناس في ذات المكان وذات الزمان .
- لا تنطبق في هذه التجمعات قواعد خاصة .
- عادة ما يكون كل شخص مهتما بمصلحته أكثر من اهتمامه بشؤون غيره من أعضاء الجماعة .

غرض الجماعات الرسمية

تحقق الجماعات الرسمية غرضين رئيسيين :

الحاجة لإنجاز مهمة

في معظم الجماعات يعمل الناس مجتمعين من أجل التخطيط للمشروعات وتنظيم الأنشطة وحل المشكلات . فقد تعمل الجمعية التعاونية الزراعية على شراء أدوات زراعية جديدة . وقد يخطط النادي الإجتماعي لإقامة حفل في العطلة الرسمية التالية . ويؤثر الناس-العمل في جماعات لأن المهام يمكن إنجازها بطريقة أيسر عندما يتضافر فيها أشخاص عديدون .

الحاجة إلى الانتماء

تعدو بني البشر الرغبة في الشعور بأن الآخرين يحبونهم ويقبلونهم . كما أن الناس في حاجة إلى احترام الآخرين لهم . وأحد الأسباب التي تجعل الناس يجتمعون في جماعات هو إكساب الشعور بأنهم محبوبون ، ومقبولون ومحترمون من قبل الآخرين .

وتنجح الجماعة عندما تتمكن من الوفاء بهاتين الحاجتين لأعضائها . فإن أخفقت جماعة على الدوام في حل مشكلة أو في تخطيط برنامج فإن أعضائها يفقدون الاهتمام بها

ويخرجونها . وإن لم يكن أفراد الجماعة على وِدٍ وألفة أو دُبٍ بينهم النزاع أو لم يراعوا مصالح غيرهم من الأعضاء فسوف يضلّجّل الشعور بالانتماء . والجماعة الناجحة تجعل الناس يشعرون بأنهم موضع الترحاب ، وتساعدهم على إنجاز المهام بطريقة تعاونية .

أذكر مايسر لك تذكره من الجماعات الرسمية الموجودة في مجتمعك . هل تعرف غرض كل من هذه الجماعات أو هدفها ؟ من هم القادة ؟ ما الذي على الفرد أن يفعله وماهي الصلة التي يجب أن تتوافر فيه كي يصبح عضواً فيها ؟ هل يمكنك أن تميز بين من هو عضو فيها ومن ليس عضواً ؟ أذكر بعض الأنشطة المنظمة لهذه الجماعات . هل تعرف بعض القواعد التي تضعها هذه الجماعات لأعضائها ؟

أذكر بعض الجماعات أو التجمعات غير الرسمية الموجودة في مجتمعك ؟ ماهي السمات العامة التي يشترك فيها الناس في هذه الجماعات ؟ هل هناك مصالح مشتركة يمكن أن تشكل أساساً لأي برنامج تنفيذه ؟

السلوك داخل الجماعات الرسمية

إن سلوك كل أفراد الجماعة هو الذي يؤدي إلى نجاحها أو إلى فشلها . ولنتنظر في مثلون مختلفين إختلافاً بيناً لسلوك الجماعة ونحلل كلاً منهما .

سلوكيات المشاكل

لنتأمل هذا المثال :

تكونت « اللجنة الاتحادية الصحية » منذ سنتين . وكان اعتقاد أعضائها عند نشأتها أنهم إذا عملوا معاً فسوف يمكنهم تحديد المشاكل الصحية الرئيسية في المجتمع المحلي وحلها . فوضعوا الأولويات الهامة التالية للعام :

- زيادة الحضور إلى عادات الأطفال دون سن المدرسة .
- مضاعفة عدد الأطفال الذين يطمعون .
- التأكيد من أن جميع الأمهات لديهن لوحات « طريق الصحة » من أجل أطفالهن دون سن المدرسة .

ولم تستطع اللجنة تحقيق أي مرمى من هذه الأولويات حتى الآن .

في أحد الاجتماعات قالت رائدة الجماعة « في آخر اجتماع لنا لم يحضر إلا نصف الأعضاء . ولا يمكن لنا أن نتوقع تحقيق أي شيء ما لم يمت الأعضاء بحضور اجتماعاتنا . واليوم علينا أن نتخذ قراراً بشأن السبل إلى زيادة الحضور إلى العيادة . فلا يمكننا أن نأمل في زيادة عدد الأطفال الذين يشملهم التطعيم إذا لم نذهب الأمهات إلى العيادات » .

وقالت إحدى الأعضاء « أعتقد أن علينا أن نستمر سيارة بها ميكو للصوت لإعلام الأمهات بالعيادات » .

وردت عضو أخرى « هذه فكرة سيئة . فأنت تعلمين أن علينا أن نذهب إلى المقر الرئيسي لطلب السيارة ، وتكاليف الانتقال إلى هناك باهظة .

وعندئذٍ التزمت العضو الأولى بالصمت وقررت عدم الكلام . فلقد أحست بالإهانة لأنها وصفت بالسُّف على مسمع من جميع أفراد الجماعة . ولم تقدم أية اقتراحات أخرى طوال الاجتماع .

وسألت الرائدة عما إذا كان لدى أي عضو فكرة أخرى . فقدمت عضو ثالثة باقتراح قائلة : « فلنقم بزيارات منزلية ، المنزل تلو الآخر ، ونحث الأمهات على الذهاب إلى العيادات » .

وردت العضو الثانية مرة أخرى « إن هذا من شأنه أن يستغرق وقتاً طويلاً ، وانت تعلمين أننا جميعاً منشغلات في أعمالنا . ولقد اضطررت إلى ترك عملي لأحضر هذا الاجتماع ، فلا تضيعين وقتنا في الاستماع إلى أفكار سيئة .

فغضبت العضو الثالثة وقالت للعضو الثانية « إنك دائماً تنتقدين أفكار الآخرين . فلماذا لا تقترحين أنت أفكاراً أحسن ؟ » وبذلك الاثنان تتجادلان وبعد مرور ربع الساعة حاولت الرائدة عهديتهما . وأغوراً وقتت العضو الثالثة وبعض صاحباتها وغادرن الاجتماع .

إن سلوك أعضاء هذه الجماعة يسبب لها الإخفاق . فالعضو الثانية كثيرة الكلام ودائبة النقد . ولا تصيف أفكاراً نافعة . وتُشعر الأخريات بالمهانة . وأما العضو الأولى فقد أصبحت بالإحباط ، وهي عندما تلتزم بالصمت لا تستطيع الإسهام في حل المشكلة . وأما العضو الثالثة فهي سريعة الغضب ، بدلاً من أن تواجه مشكلات الجماعة فإنها تهرب منها . والأعضاء الأخريات لا يبدن أي اهتمام ، وكثيرات من العضوات لا يحضرن الاجتماع . ورائدة الجماعة تدع الأعضاء يتأبدن في الجدل قبل محاولة إتخاذ أي إجراء . وبدلاً من أن تحت العضوات تصفية خلافاتهن على الفور فإنها تدعهن يتنازعن .

السلوك الإيجابي

لننظر الآن كيف يتصرف الناس في « لجنة التقدم الصحي » .

واجه المجتمع اضل مشكلة صحة في العام الماضي عندما نظمت البير الرئيسية ثلاثة أشهر . والجنة مجتمعة الآن للوصول إلى حل دائم لمشكلة الماء . وبدأ الرئيس الاجتماع بقوله « يسري أن أرى أن كثيرين منكم استطاعوا الحضور ولم يتأخر أحد عن الموعد المحدد . ومنستطيع إنجاز أعمال كثيرة اليوم . انني لا أرى العضو (د) ، فهل يعرف أحد أين هو ؟ » .

يقول العضو (هـ) « إن زوجة مريضة ، وقد صحبها إلى العيادة » . فيقترح العضو (و) أن يذهب الجميع إلى بيته بعد الاجتماع للاطمئنان على حال زوجته ، ويوافق الجميع على ذلك .

ثم يذكر الرئيس الجماعة بمشاكلهم . ويطلب من الأعضاء تقديم مقترحاتهم لتحسين مورد الماء . فيقترح العضو (ز) حفر بئر كبيرة لكل الناس .

ويرد العضو (ح) قائلاً « نشكرك على هذا الاقتراح . يمكن للبئر أن تسفنا إذا كانت تكاليفها في مقدورنا . فما رأي أمين الصندوق ؟ »

ويجب أمين الصندوق قائلاً « إن رصيدنا المالي ضئيل الآن . وليتي أعرف من أين آتي بالمال . ربما يكون لدى العضو (ط) فكرة إذ أنها كانت منذ وقت قريب في زيارة لعمها الذي أنجزت قرته من نوها إنشاء بئر عميقة جديدة .

وترد العضو (ط) قائلة « لقد علم عمي من المسؤولين عن تنمية المجتمع في قرته بوجود برنامج خاص لتقديم القروض للمجتمعات المحلية لمشروعات الجهود الذاتية ، وربما نستطيع نحن أيضاً ، الحصول على قرض » .

ويقول العضو (هـ) « هذه فكرة طيبة ، وسوف أنطوع بزيارة المسؤول عن تنمية المجتمع لأرى ما إذا كانت لديه معلومات عن هذه القروض » .

ماهي السلوكيات الحميدة التي لاحظتها في هذه الجماعة ؟ فكر أولاً ثم أنظر في : (أ) ما إذا كنت توافق على السلوكيات الطيبة المذكورة في القائمة التالية ، (ب) ما إذا كانت لديك فكرة عن سلوكيات أخرى تضيفها :

أمثلة للسلوك الطيب :

- إبداء الاقتراحات .
- تشجيع كل فرد على التحدث .
- الإجابة المهذبة على اقتراحات الآخرين .

- العمل على توضيح الأفكار .
- إعطاء المعلومات .
- أن يبدي كل فرد اهتمامه بالآخرين .
- التطوع لأداء العمل .
- حضور الاجتماعات بانتظام وفي الموعد المحدد .
- أن يقدم كل فرد الشكر للآخرين على ما أبدوه من اقتراحات .

الصراع داخل الجماعات

إن الخلافات بين الناس أمر طبيعي عندما يجتمعون في جماعات . وفي كلتا اللجنتين ، اللجنة الاتحادية الصحية ولجنة التقدم الصحي كان هناك صراع أو آراء متضاربة حول حلول مشكلاتهم . وفي اللجنة الأولى استسلم بعض الناس من دون مناقشة آرائهم على الوجه الأكمل . وتنازع بعضهم . وهروب البعض الآخر . ومثل هذا السلوك لا يؤدي في حل المشكلات .

أما في اللجنة الثانية فقد ناقش الأعضاء المشكلة . وأدلى كل عضو بدلوه في الحديث . والتزم الأعضاء الهدوء . وكانوا يشجعون بعضهم البعض على المشاركة في الآراء . وفي النهاية تمخضت المناقشات عن العديد من الأفكار المفيدة ، وحُلت المشكلة مبدئياً .

وفي نهاية هذا الفصل قسم عن عقد الاجتماعات يحتوي على المزيد عن سلوك الجماعة ، بما في ذلك كيف تتخذ الجماعات قراراتها (الصفحة ١٩١) . فالطريقة التي تحاول بها الجماعة التوصل إلى القرارات من شأنها إما أن تحل الصراع وإما أن تزيد حدة وتأزماً .

أهمية تثقيف الجماعات

إن استخدام الأسلوب الجماعي في تثقيف الناس له العديد من الميزات . فهو أولاً يوفر الدعم والتشجيع . فالمحافظة على السلوك الصحي ليست بالأمر السهل دائماً . وفي

داخل الجماعة يمكن أن يعد الفرد الدعم والتشجيع اللازمين لتعزيز السلوك الصحي
والمحافظة على العادات الصحية.

ثانياً، إن الأسلوب الجماعي يسمح بتبادل الخبرات والمهارات . فالتاس يتعلم
بعضهم من بعض . وقد نجرب العضو فكرة جديدة ويجدها ناجحة . وعن طريق هذه
الخبرة يكتسب المهارات التي بإمكانه أن يعلمها لغيره من أعضاء الجماعة .

وأخيراً فإن العمل في جماعة يُمكن الناس من تجميع إمكانيات جميع الأعضاء . فقد
لا يكون لدى العائلة الواحدة المال الكافي لحفر بئر ، ولكن تستطيع مجموعة من
العائلات الإسهام بالمال اللازم لهذا الغرض . ويستطيع أعضاء الجماعة تقديم المال ، أو
العمالة ، أو المواد إلى الأعضاء عندما تلم بهم أو بعائلاتهم ضائقة أو أزمة ، أو تعزيز
صحة المجتمع تنفيذ بعض المشروعات مثل تحسين صحة البيئة .

والخلاصة أنه لما كانت بعض المشكلات يصعب على الأفراد حلها فرادى فإن
استخدام الأسلوب الجماعي في التثقيف الصحي أمر من الأهمية بمكان .

والآن نناول الخطوات التي يلزم إتخاذها حتى يمكننا التخطيط لبعض الأنشطة في
داخل الجماعات .

تثقيف الجماعات غير الرسمية

إن أول مانفعله عندما نتعامل مع جماعة غير رسمية هو معرفة الاهتمامات المشتركة بين
أفراد هذه الجماعة واحتياجاتهم . فالتساء اللائي يذهبن إلى الأسواق ، مثلاً ، ينصب
إهتمامهن على جودة الأطعمة واعتدال أسعارها . ولابد أن يقوم التثقيف الصحي
للجماعات غير الرسمية على أساس الاهتمامات المشتركة أياً كانت هذه الاهتمامات . ومن
بين الموضوعات التي تناسب اهتمامات النسوة المترددات على الأسواق مثلاً « إعداد
وجبات مغذية رخيصة الثمن » .

وحيث إنك غالباً لاتعرف من هم الذين ينتمون إلى الجماعات غير الرسمية ،
فيمكنك معرفة احتياجاتهم بوسائل غير مباشرة مثل سجلات العيادات . وهذا ماحدث
بالفعل في عينة من البرامج سوف نتناولها بالشرح .

والأمر الثاني في تثقيف الجماعات غير الرسمية هو أن أعضائها ربما لا يعرفون بعضهم البعض معرفة جيدة . فعليك إذن أن توطد العلاقات بينهم وتجتهد على المشاركة . حاول أن تجعل الأفراد يشعرون بالترحاب في داخل الجماعة . ووضح لهم مجالات اهتمامهم واحتياجاتهم المشتركة .



تقوم هذه العاملة الصحية بالتثقيف الصحي لتجمع غير رسمي للنساء المترددات على العيادة . ويمكنها أن تستعين بمجموعة متنوعة من الطرائق والمعينات التثقيفية . ومن هذه الأساليب : الملصقات والعروض الإيضاحية وسرد القصص والأمثال وغيرها .

نموذج لبرنامج تثقيفي صحي

فيما يلي نموذج لأحد البرامج التثقيفية المعدة للأمهات المترددات على عيادة الأطفال دون سن المدرسة . على الجانب الأيمن من الصفحة توجد أنشطة وتعليقات العاملة الصحية التي تقدم البرنامج . وعلى الجانب الأيسر توجد أسباب أو دواعي تلك الأنشطة . والمفترض في هذا البرنامج أن تكون العاملة الصحية قد أعدت كل المواد التي سوف تستخدمها إعداداً مسبقاً وبصورة جيدة .

نموذج لبرنامج تثقيفي صحي معد للأمهات المترددات على عيادة الأطفال دون سن المدرسة

الموضوع : معالجة الاسهال في المنزل .	ينبغي أن يكون الموضوع متصلاً باهتمامات واحتياجات الجماعة المستهدفة . ولعله يبين من سجلات الميادة أن الإسهال يمثل مشكلة صحية شائعة . إن الموضوع سهل ، وهذا يجعل عملية التعلم سهلة أيضاً .
الوقت : في وقت مبكر قبل أن تبدأ العائلات الصحيات مقابلة المرضى .	ذلك هو الوقت الذي يكون فيه متقطنين متحفزين . وتقل فيه مصادر الإزعاج . ويكثر فيه عدد الأمهات الحاضرات .
المدة : مخطط للبرنامج أن يستغرق من ٢٠-٣٠ دقيقة .	الوقت قصير وذلك لتجنب الإحساس بالملل . فإن استمر البرنامج مدة أطول مما ينبغي فإن الفلق سيتتاب المرضى خوفاً من فوات دورهم في مقابلة العاملة الصحية .
الأسلوب : متنوع	إن استخدام خليط من الطرائق التثقيفية مثل رواية القصص والعرض الإيضاحي يؤيد البرنامج تشويقاً . ويمكنك أيضاً تكرار الأفكار ذاتها بطرق مختلفة . فهذا يضمن فهم الناس للأفكار وتذكرهم لها .

<p>ملاحظات إستراتيجية للعائلة الصحية</p> <p>« صباح الخير . أرجو أن تكون العائلات جميعاً بخير »</p> <p>إن الملاحظات الإستراتيجية توطد العلاقات وتخلق جواً من الود . فتمنى أحسن الناس بالترحاب أصبحوا أكثر استعداداً للمشاركة وتبادل الأفكار فيما بينهم .</p>	<p>استخدام ملصق</p> <p>« اليوم نود أن ناقش مشكلة صحية يعاني منها كثير من الأطفال »</p> <p>تعرض العائلة الصحية أحد الملصقات أو الصور لطفلة مصابة بالسعال مائي .</p>
<p>قد تقول الأمهات :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● الطفلة التي في الصورة مريضة . ● إنها تبرز . ● إنها مصابة بالإسهال . 	<p>« ما الذي يحدث في هذه الصورة ؟ »</p> <p>إن توجيه الأسئلة يحث الناس على المشاركة ويجعلهم يفكرون .</p>
<p>متعرف من ردود الأمهات ما إذا كان الملصق قد أحسن توصيل الفكرة .</p> <p>إن التناء على الأفكار المقدمة من الجماعة يشجع الناس على مواصلة المشاركة والتعلم .</p>	<p>« شكراً لك على هذه التعليقات . نعم إن الطفلة مريضة ومصابة بالإسهال » .</p> <p>« إن مائته بكلمة « إسهال » هو أن الطفل يبرز ثلاث مرات أو أكثر في اليوم برزاً مائياً . هل هنا هو ما يعنيه الإسهال عددن ؟ »</p> <p>وترد الأمهات مع الشرح .</p>
<p>تؤكد من أن الموضوع يتصل باحتياجات الجماعة واهتماماتها .</p> <p>أوجدني رابطة مشتركة من الاهتمامات بين أعضاء الجماعة .</p>	<p>« هل أصيب أي طفل من أطفالك بالإسهال من قبل ؟ »</p> <p>توصي أمهات كثيرات برووسهن ويرفن ألبين .</p>
<p>تؤكد من أن الموضوع يتصل باحتياجات الجماعة واهتماماتها .</p> <p>أوجدني رابطة مشتركة من الاهتمامات بين أعضاء الجماعة .</p>	<p>« أجل ، كلنا صاغت هذه المشكلة . واليوم سنعمل معاً على الوصول إلى طريقة يعالج بها الإسهال عندما يحدث لأطفالنا » .</p>

« هل تعرف أي منكن ما يمكن أن تفعله الأم حين يصاب طفلها بالإسهال ؟ »
 قد تأتي اقتراحات الأمهات على هذا النحو :

- نحضر الطفل إلى الميادة .
- نعطي الطفل مشروبات مستحضرة من الأعشاب .
- نوفر الراحة للطفل .
- نستدعي جدته للمساعدة .

« شكراً لكن على هذه الأفكار . صحيح إن الأطفال المصابين بالإسهال يحتاجون إلى تناول المشروبات . ويحتاجون أيضاً إلى الغذاء والراحة . وما لم يتوقف المرض بسرعة فلنزم أن تأتين بهم إلى الميادة : فلذاكر هذه الأفكار ولنعد إليها بعد لحظات » .

استخدام قصة

« والآن أود أن أحكي لكم قصة امرأتين أعرسهما لها طفلتان مصابتان بالإسهال :
 فالسيدة « سعدية » والسيدة « نوال » جارتان . وتعمل الأولى خياطة بينما تعمل الثانية بائعة أغذية . وطفلة السيدة سعدية واسمها « ريم » تلعب دائماً مع ابنة السيدة نوال التي تدعى « اجسام » . »

- مألوقة لدى الناس .
- سهلة الصنع أو الحصول عليها .
- تشجع على المشاركة .

« وفي الأسبوع الماضي عندما كانت الطفلتان تلعبان التقطنا بعض الفاكهة من الأرض وأكلناها على الفور . وسرعان ما أصبنا بالإسهال . وعندما رأَت السيدة سعدية أن طفلتها تخرج برازاً مائياً انتابها القلق . وقالت « إن ابنتي تفقد الكثير من الماء في برازها . ويحسن لي أن أعطيها أشياء تشربها وتأكلها حتى تعوض ما فقدته » . »

« لذلك أعطت السيدة سعدية لابنتها ريم عصير فواكه وحساءً ، وماءً نقياً ، وغير

ذلك من المشروبات ، وأطعمة وأغذية لينة مثل الصبغة واللوز . وسرعان ما خفت حدة الإسهال . »

وفي اليوم التالي أخذت السيدة سعدية طفتها ريم إلى العيادة . وقامت العاملة الصحية بتوقيع الكشف عليها . وقالت لأمها إن صحة ريم قد تحسنت الآن ، وأنها لا بد أن تواصل شرب العصير كما كانت تفعل من قبل . وإن عاودها الإسهال فعلياً أن ترجع إلى العيادة . »

« وأثناء خروج السيدة سعدية من العيادة رأت السيدة نوال تحمل ابتها على ذراعيها . فأسرعت إليها تعرض مساعدتها وسألها عما حدث . »

فكانت السيدة نوال « بالأسى بدلت اجسام تبرز كثيراً . وأردت أن أفعل شيئاً من أجلها لكن كبار السن في البيت قالوا لي دعها وشأنها . وقالوا إنه طالما إن الطفلة تبرز كثيراً فعلياً ألا أتفهمها بالكثير من الطعام والشراب . وفعلت ما قالوه لي ، إلا أن الإسهال لم يتوقف . والآن انتظري ماهي « اجسام » يبدو عليها الجفاف والضعف . »

« كانت « اجسام » يبدو عليها فعلاً الجفاف والخزال حتى أنها لم تعد تقوى على بلع الطعام . واضطرت العاملة الصحية أن تستخدم ليرة تدخل نوعاً معيناً من السوائل في عروق اجسام . »

(وفي هذه اللحظة أمسكت العاملة الصحية التي تحكي القصة بنموذج للمحقنة المستعملة حتى تراها الأمهات) . « ومكنت اجسام في العيادة مدة يومين . ونحمد الله على أن كلاً من ريم وابتها في صحة جيدة الآن وعادتا للعب معاً من جديد . »

لتوضيح فكرة حقن السوائل يلزم استخدام أسلوب العرض الإيضاحي . أكددي أن الحاجة ما كانت تدعو إليه لو أن الأم اتخذت إجراءات الاسعاف بالسوائل المتاحة في المنزل .

مناقشة القصة

« لنناقش هذه القصة . فماذا يمكن أن نتعلم منها ؟ » .
مناقشة القصة تساعد الناس على إيمان الفكر فيما استمعوا إليه ، وتوضح لهم مغزى القصة .

قد تقول الأمهات :
● إن الأطفال المصابين بالإسهال يحتاجون إلى الماء .
● يلزمنا الإسراع في نجدة أطفالنا .
● يجب أن لا يأكل الأطفال الثمار التي تكون قد سقطت على الأرض .

« لماذا أصيبت اجسام بالجفاف والضعف الشديد ؟ »
« ما الذي يلزم ن فعله السيدة نوال إذا أصيبت اجسام بالإسهال مرة أخرى ؟ »
« كيف تشرح السيدة نوال هذه الأمور لكبار السن في بيتها ؟ »

« وهكذا تعلمنا من هذه القصة أن الطفل الذي تكثر مرات برزازه يفقد ماء كثيراً . ولابد أن نسمعه جعوس هذا الماء . أفنكن نعلم أنه في موسم الجفاف عندما تنعدم الأمطار تصير ثمار البرتقال ذابلة لا طعم لها . فكما أن البرتقال يحتاج إلى المطر (الماء) يحتاج أولادنا إلى الماء حتى لا يذبلوا » .

« لقد تصرفت السيدة سعدية بسرعة . وإنه لمن الأهمية بمكان أن تفحص الأم طفلها لتحقق مما إذا كان قد أصابه الجفاف . وهذه بعض العلامات التي على الأم أن تنبئها عند الفحص :

- التبرز ثلاث مرات أو أكثر في اليوم .
- شعور غير عادي بالعطش .
- تناول كمية قليلة من البول الداكن اللون .
- عتبان غائرتان .
- جفاف الفم واللسان .

- سرعة التنفس أكثر من المعتاد .
- عند قرص الجلد لا يرجع إلى وضعه الطبيعي إلا ببطء .

فإن لاحظت أية علامة من هذه العلامات عندما يكون طفلك مصاباً بالإسهال فبادري بإحضاره إلى العاملة الصحية .
 معرفة الامكانيات أمر ضروري . أكدي على الأعمال التي تستطيع الأم القيام بها بنفسها ، وحددي المشكلات التي تستلزم المساعدة من العمال الصحيين .

المشاركة الفعالة

وبعد ذلك طلبت العاملة الصحية من إحدى الأمهات أن تقدم نحوها ومعهما طفلهما . واشتركتا معاً في فحص الطفل وذلك بالنظر إلى عينيه ، وفمه ، والأنف إلى نفسه وملاحظة ما يحدث لجده عند قرصه .

« والآن هما فحصن أطفالكن بأنفسكن جهماً . إقرصن جلودهم وانظرن مدى سرعة عودتها إلى وضعها الطبيعي » .
 وتمت العاملة الصحية بين الأمهات وتراقبين أثناء فحصهن لأطفالهن .

« هل لي بإمكان إحناكن أن تذكرنا بما ينبغي للأم أن تبحث عنه لتعرف ما إذا كان طفلهما يعاني من الجفاف » .

بعد تلقي الإجابات الصحيحة والثناء عليها ، يمكن للعاملة الصحية أن تسأل « ماذا يجب أن تفعل إذا رأينا إحدى هذه العلامات في أطفالنا ؟ » .

وتشكر العاملة الصحية كل أم تجيب عن السؤال . ثم تسأل :
 « أرجو أن تذكرني بعض السوائل التي يمكن أن نقدمها لطفلك إذا أصيب بالإسهال » .

قد تكون بعض الإجابات خاطئة مثل « اللبن » أو « الحساء المتكحل » . وعلى العاملة الصحية أن تبين سبب ذلك من دون نقد للأمهات اللاتي يجبن عليها .

« أرجو إخباري بالأطعمة التي يمكن للطفل المصاب بالإسهال أكلها ». ويجب صرف الأذهان ، بلطف ، عن المقترحات التي تتضمن أطعمة خشنة على معدة الطفل مثل الأطعمة المحتوية على حبوب صحيحة أو البقول .

المرض الإضياعي

« لكن تذكر أن السيدة سعدة أعطت رجم عصائر فاكهة وحساء ، وهذه الأصناف تحتوي على الماء وأشياء أخرى زودت الطفلة بالقوة والطاقة ، وأسأعرض عليك مشروباً بسيطاً يمكن أن تصنعه لأطفالك لنزودهم بالماء والقوة والطاقة عندما يصابون بالإسهال . »

والمواد المطلوبة لهذا الشراب هي :

- بعض الأوكواب .
- ماء مغلي ثم تبريده .
- سكر .
- ملح الطعام .
- برتقال ، إن وجد ، لتحسين المذاق .

« قللي للطفل هذا الشراب بعد كل مرة يبرز فيها برازاً مائياً . والآن راقبي وأنا أمزج الشراب :

« أولاً : أولاً كأساً نظيفاً بماء مغلي نظيف . ومالم يكن الماء نظيفاً فلا حالة الإسهال تسوء . »

« ثانياً : أضيف غرفة أربعة أصابع من السكر . »

« ثالثاً : أضيف غرفة ثلاثة أصابع من الملح ، ضعي ثلاثة من أصابعك بعضهم إلى بعض لاغتراف غرفة واحدة . ولا تضيفي أكثر من ذلك . »

« رابعاً : إذا كانت لدي برتقالة أعصرها في المشروب لتحسين مذاقه . »

<p>« وأخيراً ألقب المشروب بحيث لا يتبقى أي سكر أو ملح في قاع الكأس . والآآ أجمل الطفل يشربه ببطء » .</p>	
<p>ويتبني للعامة الصحية أن تشرب هذا الشراب بنفسها . فهذا يعطى الناس على أن المشروب مأمون ومقبول .</p>	
<p>وإذا تناول الطفل كأساً واحدة من هذا الشراب بعد كل مرة يبرز فيها برلراً مائياً ، فإنه لا يفقد الكثير من عافيته . وسوف يمكن التحصن بمعدل أسرع . ويسمح للطفل بالشرب كلما أراد ذلك ، ولا يجبر على تحريمه .</p>	<p>إن استعادة القصد من المرض الإيضاحي تسهل على الناس تذكره .</p>
<p>« أما من أسئلة أخرى ؟ هل تُرَدَّن أن أكرر أياً من هذه الخطوات ؟ »</p>	<p>طلب الأسئلة من أفراد الجماعة يساعد على إيضاح النقاط ويضمن فهمها .</p>
<p>« والآآ هل يمكن لواحدة أو اثنتين منكن أن تحضرا لصنع هذا الشراب بنفسيهما ؟ وأرجو إخبارنا بما تفعلان أثناء مزجكما للشراب . »</p>	<p>الممارسة مطلوبة لتعلم مهارة جديدة .</p>
<p>« هل يمكن للأخريات أن يفضلن بإبداء ما يَمَنَ لهن من الاقتراحات ؟ »</p>	<p>والملاحظة مطلوبة للتأكد من أن الناس يمارسون المهمة على النحو الصحيح .</p>
<p>ينبغي أن تتلوق الأمهات الشراب بعد صنعه . « ما طعم هذا الشراب ؟ هل في الإمكان أن تأتي أمهات أخريات وتناولن مزج هذا الشراب » .</p>	<p>من المهم أن يحررن على الطريقة ويمارسها أكبر عدد ممكن من الناس . فهذا هو « الهك » لمعرفة ما إذا كانوا تعلموا المهارة الجديدة .</p>
<p>« هذه المهارة الجديدة التي تعلمتن إياها سوف تكون خير هود لكن عندما يمرض أطفالكن . لابد أن تعرفن أن كثيراً من الأمراض تسبب الإسهال . وإن أعطيتن هذا الشراب للطفل بعد كل تبرز مائي فسيتوقف الإسهال بعد يوم واحد . وإن لم يتوقف فمليكن بإحضار الطفل إلى العامة الصحية وهي سوف تعطينكم الأدوية الكفيلة بالشفاء من المرض . »</p>	<p>عند تعليم أي مهارة يلزم إخبار الناس بحدود الطريقة . فالأمهات هنا يتعلمن مكافحة الإسهال البسيط ، لا كيف يعالج المرض . وتكاملاً كما يجري تعليم العاملين الصحيين أن يعيخوا بعض الحالات المرضية إلى من هم أكثر تدريباً ، فإن هؤلاء الأمهات يتعلمن أن يُجِلن بعض المشاكل المعينة إلى عمال صحة المجتمع .</p>

<p>التحسُّم</p> <p>« قبل أن نختم لقاءنا اليوم هل لديكم أي أسئلة عن ما رأيناه وناقشناه ؟ »</p> <p>تؤكد من أن الأمهات قسوين بوضوح ما تعلمه بالتجربة .</p>	<p>« أتذكرون هذه الصورة ؟ (تعرض العاملة الصحية للمصق الذي سبق استعماله في البداية) . والآن ماذا ينبغي للأُم أن تفعله ؟ »</p> <p>تغطي مهلة لتلقي الإجابات .</p>
<p>يحسن مراجعة الموضوع باستخدام إحدى المصينات البصرية فهي تمكن الأمهات من رؤية المشكلة بيزيد من الموضوع .</p>	<p>« هل يمكن لإحداكن أن تذكرنا بكيفية مزج الشراب الذي يعطى للأطفال المصابين بالإسهال ؟ »</p>
<p>من خلال طرحك للأسئلة يمكنك أن تقيمي ما تعلمته الأمهات .</p>	<p>« كم مرة تقدم هذا الشراب ؟ »</p> <p>« ماذا نفعل إذا لم يتوقف الإسهال بعد يوم واحد ؟ »</p>
<p>إن كنت قد أعددت برنامجاً « جيد التنظيم » فسوف تتعلم الأمهات الكثير وسوف يستطعن الإجابة عن أسئلتك .</p>	<p>عندما تقدم الأمهات الإجابات الصحيحة ، قولي لهن « شكراً . هذا صحيح . وسوف يكون لي هذا عون عظيم لطفلك . » أما إذا لم تكن الإجابات صحيحة ، فقولي : « هل توافق بقية الجماعة على ذلك ؟ هل هناك اقتراحات أخرى ؟ »</p>
<p>التي على الإجابات الصحيحة فهنا يساعد الأمهات على تذكر ما تعلمته ويعملن بقدرته حتى قدره . لا تخرجي الأمهات اللاتي يخطئن الإجابة .</p>	<p>« ماهي الأشياء الأخرى التي يلزم أن يأكلها الطفل ويشربها في رأيكم ؟ »</p>
<p>أطلبي منهن آراء أخرى حتى تأتلك الإجابة الصحيحة .</p>	<p>استخدام الحصة</p> <p>« لنختم لقاءنا بأغنية . هيا قلن معي : الماء يحمي صحة الأطفال ويصد عنهم علة الإسهال . وإذا الصغير أصيب بالإعواء فلنأه يتفهم بلا إبطاء .</p>
<p>يمكن لكل فرد أن يشترك في الغناء وهكذا يحس الناس بالانتماء للجماعة .</p>	<p>« هل يمكن لبعضكم أن يصفن كلمات أخرى لهذه الأغنية ؟ » أعهدي الأغنية مرات عديدة .</p>

« أشكركن جميعاً جزيل الشكر على حضوركن اليوم . والآن وقد تعلمتن هذه المهام فإن أطفالكن سيصبحون آمنين معافين إن شاء الله . »

من الضروري الإبقاء على العلاقات الطيبة حتى النهاية . فذلك يُعين الناس على تقدير ما تعلموه ويُدخل على أنفسهم السرور حتى يتجدد اللقاء .

تذكّرُن دائماً أن الله قد حمل من الماء كل شيء حي . »

يجب أن تُستقى الحكمة من الثقافة المحلية ، وأن تكون معروفة لدى عامة الناس حتى يتبين لهم مدى ارتباط الأفكار والمهارات التي تمّ تعلمها بالقيم المحلية .

« بلنن نحياتي إلى عائلاتكن . وإلى أن نلتقي في الاجتماع القادم أتمنى أن تكون جميعاً بخير . والسلام عليكم . »

الوفاء باحتياجات الأفراد

عندما تتقف جماعة من الناس كذلك التي سبق ذكرها ، فإنك لن تستطيع الوفاء باحتياجات أعضائها فرادى . ويمكن عن طريق الحث على المشاركة - كما رأينا من قبل - أن يدلي كثير من الأفراد بدلوهم . ولكن قد لا يسعفك الوقت لتعالج احتياجات كل فرد وأسلته .

فعل سبيل المثال قد يكون الجدان ، في حالة إحدى الأمهات ، مقيمين في المنزل . وقد يعتقد الجدان اعتقاداً راسخاً أن الطفل المصاب بالإسهال لا يصب له أن يشرب أو يأكل شيئا . فمثل هذه الأم قد تحشى لإخبار الجدين بما تعلمته . وعندئذ لن تتمكن من الاستفادة من المهارات الجديدة إلا إذا اتبحت لها فرصة المشاورة الفردية أو إذا قمت بزيارة منزلية .

إحرص على أن تغير أفراد الجماعة أنك ترحب بلقائهن فرادى بعد الاجتماع أو في أي وقت آخر . وإذا كانت لديهن مشكلات خاصة ، ففي إمكانهن إخبارك بها على إنفراد . وتستطيع آنذاك أن تستخدم أساليب تثقيفية أخرى أكثر ملائمة للتعامل مع الأفراد لتحاول حل المشكلة . ومن هذه الأساليب التشاور ، وقد ناقشناه في الفصل الرابع .

تتقيف الجماعات الرسمية

من الممكن إعداد برامج تتقيفية صحية للجماعات الرسمية أكثر عدداً وتنوعاً من البرامج التتقيفية للجماعات غير الرسمية . ويرجع سبب ذلك إلى أن الجماعات الرسمية لها أهداف واهتمامات محددة ، ولها رؤاد في إمكانهم إستنفار الجماعة ، فضلاً عن الالتزام بعقد اجتماعات منتظمة ، وإنفاذ الإجراءات المناسبة . وحيث أن أعضائها معروفون ، فمن الممكن ضمان تعاونهم في تخطيط البرامج وتنفيذها .

التعرف على الاحتياجات

لما كنا نعرف أعضاء الجماعة الرسمية فإنه يمكننا أن نسألهم عن احتياجاتهم .

إنترض أن هناك جمعية للصيادين في المجتمع المحلي . فإن التقى العامل الصحي مع أفراد هذه الجمعية لأمكنه أن يعرف الكثير عن احتياجاتهم . فعلى سبيل المثال قد يقول أعضاء الجمعية :

« لقد غرق صيادان في العام الماضي ولذلك نريد تعلم وسائل الإنقاذ وكيفية تأمين السلامة أثناء الصيد » .

« عندما نقوم بتطيف الأسماك وإعدادها كثيراً ما نمرض أهدينا . وعندما تتلوث هذه الجروح نفرح أهدينا ولا يمكننا العمل على الوجه الأكمل » .

« إننا في حاجة إلى شباك جديدة . فالشباك القديمة قد تعرضت للإصلاح مراراً وتكراراً . ونريد شباكاً جديدة مصسوعة من مادة متينة » .

« إن كثيراً من الأسماك يفسد قبل وصوله إلى المدينة ليحه ، ونريد غلازون ووسائل نقل أفضل نوعاً » .

« نريد أن نتعلم القراءة والكتابة حتى لا يعتمدنا أحد عندما نذهب إلى المدينة لبيع الأسماك وشراء ما يلزمنا » .

« إننا نعاني من كثير من المشكلات بسبب وجع الأذن والإصابة بالعدوى » .

يمكن إعداد برامج تتقيفية بالاشتراك مع إحدى جمعيات الصيادين بحيث تتضمن هذه البرامج مقررات عن المهارات لتأمين سلامة المياه ، ومناقشات حول الموارد الممكن توفيرها لتحقيق التنمية الاقتصادية ، واجتماعات لبحث موضوع تحسين الصحة عموماً .

حضور اجتماعات جماعة رسمية

ليس في مقدورك أن تكون عضواً في كل جماعة من الجماعات الموجودة في مجتمعك . لذلك فعندما تحضر اجتماعاً لأحدى الجماعات فإنك غالباً ما تكون غريباً بين أعضائها . وقبل أن تتعاون معك الجماعة في البرامج التثقيفية والصحية ، لابد للأعضاء أن يعرفوك وأن يثقوا بك .



هذان الرجلان عضوان في جمعية الصيادين .

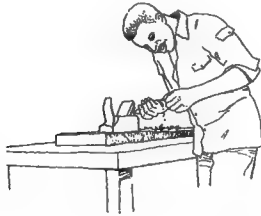
قبل أن تجتمع بالجماعة يحسن بك أن تلتقي بروادها . اشرح لهم المهارات التي تعترم تقديمها لهم . واستكشف ما إذا كانت تلك المهارات ستعود بالفائدة على الجماعة . فإن كانت تساعد الجماعة على حل بعض مشكلاتها فسوف يدعوك روادها إلى حضور أحد الاجتماعات لتحدث مع الجماعة بأكملها . وقد يخبرونك بأنهم سوف يبلغون ماقلته إلى جماعتهم ، وبعد أن تناقش الجماعة الأفكار المقدمة منك يتصل روادها بك . ومن الأفضل بطبيعة الحال أن تشرح أفكارك مباشرة للجماعة ، ومع ذلك لا تذهب إلى الاجتماع إلا إذا دُعيت إليه . استمر في إظهار اهتمامك بالجماعة ، ومرار الوقت ربما تؤدي ثقة روادها بك إلى دعوتك لحضور أحد الاجتماعات (إذا كانت لوائح الجماعة تسمح بذلك) .

وعندما تحضر اجتماعاً عليك بإبداء الاحترام والتقدير على الدوام لأعضاء الجماعة . وفي الأغلب سوف يخصص لك الرواد وقتاً محدداً لتحدث إليهم . وعليك أن تعرض

أفكارك بوضوح وبساطة . ولا تضيق وقت الجماعة سدى . ولاتدهش إذا طلب منك أن تغادر الاجتماع بعد انتهاء الجماعة من مناقشة أفكارك ، إذ ربما تكون لدى الجماعة أعمال خاصة أخرى ولا تريد مناقشتها أمام شخص غريب .

أما إن مكثت طوال مدة الاجتماع فلا تعلق على أية بنود أخرى في جدول الأعمال ، ما لم يطلب الرواد منك رأيك بالتحديد . وعندما يألقت الأعضاء ويشعرون أنك تحترمهم ، سوف يكثر من طلب رأيك .

وعندما تقوم بعرض أفكارك على الجماعة يجب أن تشجع أعضائها على المشاركة في النقاش . وتوجد اقتراحات مفيدة عن كيفية القيام بذلك في الصفحة ١٤٦ .



إن التجاريم يمثلون جماعة ذات احتياجات واهتمامات خاصة . ويمكن إعداد برامج تثقيفية بالاشتراك مع جمعية أو نقابة للتجاريم لمساعدة أعضائها على تعلم عادات وأساليب العمل الآمنة .

إعداد البرامج

الجماعة الرسمية قادرة على إعداد برامجها ومشروعاتها الخاصة لحل مشكلاتها . ويمكن للعامل الصحي أن يرشدها في تحديد الأولويات ، وإيجاد الموارد وتعلم المهارات اللازمة .

فأثناء اجتماعات الجماعة يمكن للعامل الصحي أن يقدم برامج تثقيفية مبسطة مثل البرنامج المذكور في الصفحات ١٣١ - ١٤٠ . وعليه في أغلب الأحوال أن يشجع

الجماعة على استخدام أوقات الاجتماعات في إعداد مشروعات تقوم على العون الذاتي وتنفيذها ، أو في تلقي التدريب على مهارات العون الذاتي .

راجع الأقسام التالية من الكتاب للحصول على مزيد من الأفكار التي تساعدك في عملك : الفصل السادس الصفحات ٢١٨ - ٢٢٠ عن إعداد المشروعات ، هذا الفصل ، الصفحات ١٨٠ - ١٨٢ عن التدريب ، هذا الفصل ، الصفحات ١٨٦ - ١٩٣ عن عقد الاجتماعات .

مساعدة الجماعة على النجاح

ما أن تقضي بعض الوقت مع الجماعة حتى يتبين لك ما إذا كان الأعضاء يتصرفون بطريقة تؤدي إلى النجاح أو إلى الفشل . وإذا كنت قد استطعت إقامة علاقات طيبة مع الأعضاء للدرجة تجعلهم يقولون بك فيمكنك أن تحاول مساعدتهم على تحسين سلوكهم تجاه بعضهم البعض . فإن كان الأعضاء يتصرفون بنفس الطريقة التي كان يتصرف بها أعضاء اللجنة الاتحادية (انظر الصفحتين ١٢٥ - ١٢٦) فإنهم لن يستطيعوا تحقيق أي هدف من أهدافهم .

وإذا لاحظت أن هناك مشكلات تواجه الجماعات الرسمية مثل وجود خلافات بين أعضائها أو عدم تعاونهم أو تحبطهم في اتخاذ القرارات ، فيمكنك الالتقاء برواد الجماعة على إنفراد ، لتستكشف أسباب تلك المشكلات من وجهة نظرهم ، وما حاولوا القيام به لتحسين الوضع . ويمكنك أن تعلمهم المهارات التي تهيئهم لقيادة الجماعة بطريقة أفضل .

إلى أي الجماعات تنتمي أنت ؟ هل يمكنك التفكير في كيف شجعك هذه الجماعات على تغيير سلوكك ؟ بأي الطرق ساعدك الأعضاء ؟ هل تعتقد أن من الممكن تحسين سلوك أعضاء الجماعة ؟ وكيف ؟

هل تحاول أن يكون سلوكك مثلاً يحذى به في الجماعة ؟ هل تتصرف بطريقة تنطوي على الاحترام لجميع الأعضاء ؟ هل تسمح للآخرين بالتحدث ؟ هل تشجع الآخرين على الصبر عن آرائهم ؟ هل تشكر الناس على مايسهمون به ؟

جماعات المناقشة

منذ وقت لاتبعه الذاكرة تجمع الناس رجالاً ونساءً بطريقة تلقائية ليتعلموا من خبرات بعضهم البعض ، وليناقشوا مايعن لهم من أمور . وهذا التأثير بين الناس ذوي الآراء المتباينة يمكن كل شخص من أن يرى جوانب مختلفة للمشكلة المطروحة . وفي ذلك فائدة كبيرة على الدوام .

وسرعان ما أقر التثقيف الصحي بمقدرة الجماعات على أن توجد جواباً مثالياً للتعلم يجعل الناس على التغيير والعمل .

الفرض

المناقشة في داخل الجماعة تسمح للناس بأن يعبروا عما يحول في خواطرهم فيمكنهم أن يتحدثوا عن مشكلاتهم . كما يمكنهم طلب العون والاقتراحات من غيرهم من أعضاء الجماعة . وتوفر الجماعة للأفراد الدعم والتشجيع عندما يحاولون حل المشكلة التي تصادفهم وتغير سلوكهم . ولهذا الدعم الذي توفره الجماعة أهمية في مساعدة الناس على إتخاذ القرارات .

حجم الجماعة

إن أنسب حجم للجماعة اللازمة لهذا النوع من المشاركة هو الجماعة الصغيرة . وذلك أولاً ، لأن كثيراً من المشكلات التي يحتاج الناس إلى حلها مشكلات شخصية وحساسة . ولا يرغب الناس في أن يتحدثوا عن مشكلاتهم أمام جماعات كبيرة . وثانياً لأن من المهم أن يكون أمام كل شخص فرصة للتحدث . فخمسة أشخاص عدد مناسب للمناقشة . وإذا زاد العدد على عشرة لاتتاح لكل شخص الفرصة للتحدث حين يشاء .



خمس أشخاص عدد مناسب لتشكيل جماعة المناقشة ، وفي مثل هذه الجماعة يتمكن الأشخاص من معرفة بعضهم بعضاً والثقة ببعضهم ببعض . وتتاح أمام كل فرد منهم الفرصة لمناقشة المشكلات المشتركة التي يواجهونها .

تنظيم المناقشة

الاحياجات والاهتمامات المشتركة

يمكن أن تُشكّل جماعة المناقشة من أشخاص لهم اهتمامات متشابهة . وفيما يلي أمثلة لذلك :

- جماعة من أباء أطفال معوقين .
- جماعة من الحوامل لديهن مشكلات حملية .
- جماعة من المراهقين يعانون من قصور الأنشطة الاجتماعية .
- جماعة من المرضى يعانون من أمراض مزمنة مثل التدنن .

تجميع أفراد الجماعة

تحدث مع الناس فرادى لترى مدى رغبتهم في الإجتماع معاً في جماعة واحدة للمشاركة في مواجهة مشكلاتهم ومناقشتها ، وتبين كيف يتصرف الآخرون في مثل هذه الأحوال ، وكيف يطلبون المساعدة لأنفسهم ويقدمونها إلى الغير .

أين تُعقد المناقشة

تُعقد المناقشة في مكان مريح تتوفر فيه الخصوصية ، فهذا يساعد الناس على التحدث بصراحة .

عقد المناقشة

إنشاء العلاقات

ساعد أفراد الجماعة على أن يتعرف بعضهم على بعض . فإن كانوا يتبنون إلى نفس القرية أو الحي فمن المرجح أنهم يعرفون بعضهم بعضاً من قبل . ولكن لا تفترض أن المعرفة بينهم وثيقة . خصص وقتاً كافياً لكل شخص ليقدم نفسه للجماعة . فارتياح الناس للمشاركة فيما بينهم يزيد إذا كانوا يعرفون بعضهم بعضاً .

تشجيع الآخرين

عليك أن تشجع أفراد الجماعة على التحدث . وإليك أن تطيل أنت الحديث .

إبدأ بالأسئلة العامة

قد تجتمع جماعات المناقشة عدة مرات . لذلك فلا داعي أن تطلب من الناس أن يتحدثوا عن مشكلاتهم وهمومهم لأول وهلة . فالطريقة المثلى التي تستهل بها المناقشة هي أن تطلب منهم التحدث عما يعرفونه بصفة عامة عن المشكلة ، أو المرض أو المصاعب التي يعانونها . وعندما يكتسب الناس مزيداً من المعرفة يبدأون في طرح الأسئلة .

استخدم الأسئلة لتحث على المشاركة

في مرحلة لاحقة ، يمكنك أن تطرح أسئلة كالأسئلة التالية أثناء سير المناقشة :

- هل سبق أن طلبت من أحد المساعدة في مشكلتك ؟ ومن هو ؟
- هل وجد أي منكم صعوبة في اتباع نصائح العامل الصحي ؟
- هل لأي منكم أن يشارك بخبراته في حل هذه الصعاب ؟

وسوف يثير بعض الناس موضوعات كثيرة . فلا تحاول أن ترد عليها كلها بنفسك . بل سأل أولاً عما إذا كان أي من الآخرين لديه أفكار أو مقترحات أخرى .

تشجيع الأعضاء على المشاركة

راقب المناقشة بدقة . وإن رأيت بعض الأعضاء صامتين هادئين ، فاعلمك تلتفت إليهم في أدب جم وتسألهم « هل يمكن لحضراتكم أن تقولوا لنا آراءكم عن هذا الموضوع ؟ » وإن أعدت عليهم هذه الدعوة للتحدث ولم يشاركوا في المناقشة ، فلا تجبرهم على التحدث . بل انتظر حتى نهاية الاجتماع وتحدث مع هؤلاء الأشخاص على إنفراد . وتلّمس أسباب صمتهم . وعندما تعرف السبب فاعلمك تبادر بفعل شيء لتحسين الموقف في الاجتماع القادم .

وبالطبع قد يُكثر بعض الناس الكلام . وهنا أيضاً يلزم أن تتصرف بطريقة مهذبة . ففي هذه الحالة يمكنك أن تقطع كلام المتحدث المطول بقولك « هذه فكرة عظيمة ، ولسمع ما هو رأي الآخرين فيها » . وإن لم يقلح هذا الأسلوب فانظر هذا الشخص بعد الاجتماع ، ووضح له ضرورة أن يأخذ كل شخص فرصته في التحدث .

الوقت

يتوقف طول المدة المسموح بها للمناقشة على مدى ما يتوافر للأعضاء عن وقت . فالتناس لديهم أعمارهم وعائلاتهم ومسؤوليات أخرى . وأنت نفسك لديك واجبات أخرى . أطلب من الأعضاء أن يحددوا الوقت المناسب لهم من اليوم والأسبوع . ولعل مدة ساعة أو ساعتين تكون هي أقصى ما يلزمك للمناقشة . حتى لو لم تكن عند الناس أعمال أخرى ، فإنهم سوف يشعرون بالتعب والملل لو طالت المناقشة أكثر من اللازم .

التحقق من إرضاء الأعضاء

قبل أن ينتهي الاجتماع ، سأل الحاضرين عن مدى رضاهم عن تقدم الجماعة . هل يعتقدون أنهم يتعلمون من المناقشة ؟ هل يعتقدون أن الجماعة يجب أن تستمر في مناقشتها ؟ هل هناك أي تغييرات يريدون إحداثها في وقت المناقشة أو مكانها أو موضوعاتها ؟

جماعات العون الذاتي

ليست الحياة سهلة ميسورة لمن لديهم مشكلات خاصة مثل ذوي الأمراض المزمنة والمعوقين . فهم يحتاجون إلى دعم وتشجيع من العائلة والأصدقاء والمجتمع بل ومن العاملين الصحيين كذلك . فبالساندة يمكنهم تعلم وممارسة المهارات اللازمة التي تجعلهم يحيون حياة أفضل .

الغرض

إن الناس الذين يعانون من نفس المشكلة يمكنهم أن يساعد بعضهم بعضاً . ومثال ذلك أن الشخص الذي فقد بصره منذ عدة سنوات يكون قد اكتسب كثيراً من الخبرات تمكنه من أن يخوض غمار الحياة . ومثل هذا الشخص يمكنه أن يقدم التشجيع والنصح لشخص فقد بصره مؤخراً .

والمناقشة الجماعية أسلوب تثقيفي يمكن من خلاله مساعدة عدد قليل من الناس . أما الأعداد الكبيرة فيمكن تنظيمها في جماعة رسمية أوناد (انظر الفصل السادس ، الصفحات ٢٠١ - ٢٠٥) .

دراسة حالة

نصف دراسة الحالة case study هذه كيف قامت إحدى ممرضات المجتمع بتنظيم نادٍ للمصابين بالداء السكري .



يمكن لوالدي المعوقين تكرين نادٍ أو جماعة للعون الذاتي .

التعرف على الاحتياجات

المكان هو مستشفى محلي ، حيث اكتشفت إحدى الممرضات ، واسمها الأخت نفيسة ، أن المصابين بالداء السكري كانوا يأتون من بعض المتاعب في متابعة المعالجة التي يوصى بها . فقد لاحظت أن ربع عدد المصابين بالسكري كانوا يحضرون إلى العيادة يومياً لفحص البول وللحقن بالإنسولين . ولم يكن هؤلاء المرضى قادرين على أداء هذه المهام بأنفسهم . كما لاحظت أن هناك خمسة أو ستة على الأقل من مرضى السكري كانوا كثري الدخول في المستشفى لأنهم لم يكونوا يتناولون بأنفسهم كما ينبغي . وكشفت سجلات العيادة أن أكثر من نصف المرضى بالسكري لم يكرنوا يحافظون على المواعيد الشهرية لدهابهم إلى العيادة للمرض على الطبيب .

ولإلقاء مزيد من الضوء على هذه المشكلة ، نُظِمت مناقشة مع جماعة من المرضى في العيادة وذكر هؤلاء المرضى عدداً من أسباب عدم مواظبتهم على الحضور في المواعيد الشهرية إلى العيادة . وكانت أسبابهم هي : بُعد المسافة بين العيادة وبيوتهم ، ومتطلبات العمل ، وطول الانتظار في العيادة ، وقلة وسائل النقل ، ومسؤولياتهم في البيت ، وسوء العلاقات بينهم وبين العاملين الصحيين ، وعدم فهمهم للفرض من حضورهم للعيادة ، وتفضيلهم للطب التقليدي .

أما المرضى غير القادرين على فحص بولهم وحقن أنفسهم بالإنسولين ، فقد ذكروا أسباب مشكلاتهم على النحو التالي : الخوف ، وعدم القدرة على شراء المواد اللازمة ، وعدم تعلمهم هذه المهارات ، وعدم توافر المساندة لهم في بيوتهم وإعتقادهم أن العاملين الصحيين يؤدون هذه الأعمال بطريقة أفضل ، وتخرجهم من أن يراهم الناس وهم يفحصون بولهم بأنفسهم أو يحقنون أنفسهم .

وتبين من اللقاءات الشخصية مع المرضى الذين أدخلوا للمستشفى أن لديهم مشكلات أخرى وهي : عدم فهمهم لطرائق الرعاية الذاتية ، وصعوبة اجتناب الأطعمة المحظورة عليهم أكلها ، وعدم اقتناع المقيمين معهم في البيت بأنهم مرضى حقا ، والاعتقاد بأن هذا المرض إنما هو نتيجة لأعمال السحر ، وشعورهم بأنهم يسيرون متاعب لأهاليهم بطلب وجبات معدة بطريقة خاصة ، والرغبة في صحة أسدياء يأكلون رهشرون على النحو المادي .

وأكدت الاستجابات التي أجرت أثناء الزيارات المنزلية أن كثيراً من أزواج أو آباء أو أقارب مرضى الداء السكري لأفهمون حقيقة المرض ، وأنهم كانوا ينظرون إلى مطالب المرضى باعتبارها عبئاً على العائلة أو وصمة في جيبها .

وبالحصول على كل هذه المعلومات أصبح في الإمكان معرفة أنواع النشاطات التثقيفية الضرورية للتغلب على مختلف المشكلات التي لوحظت .

إجتماع إستطلاعي

وبعد أن لمست الممرضة تلك المشكلات سألت المرضى وموظفي المستشفى عما إذا كانوا حريصين على عمل شيء لتحسين الوضع . وكان الجميع حريصين بالفعل على ذلك . ومن ثم عُقد اجتماع صم عدداً من المرضى وثلاثاً من الممرضات وطبيباً . وقالت الممرضة نمية للمجتمعين إنها سمعت أن مرضى الداء السكري الموحودين في بلدة أخرى قد نظموا أنفسهم على هيئة نادٍ حتى يساعدوا أنفسهم بأنفسهم .

وسأل مرضى السكري والموظفون كثيراً من الأسئلة عن فكرة النادي . فشرحت الممرضة لهم أن النادي سوف يديره المرضى أنفسهم . وسيكون في إمكان هؤلاء المرضى طلب الحصول على برامج تثقيفية ، وسوف يستطيعون تعليم بعضهم بعضاً مهارات العون الذاتي ، فضلاً عن توفير الدعم والتشجيع لأنفسهم . كما أنه في إمكان موظفي المستشفى أن يقدموا التوجيه والإرشاد إلى أعضاء النادي . ورغب الجميع بالفكرة ، ومن ثم اتفق المجتمعون على أن يكونوا من أنفسهم لجنة لتخطيط إقامة نادي مرضى السكري .

كسب الاهتمام

أجرى أعضاء لجنة التخطيط محادثات ومناقشات مع مرضى آخرين في أيام عمل العيادة . وأجريت مشاورات مع المرضى فرادى ، كما تمت بعض الزيارات المنزلية .

وحدّد موعد الاجتماع الأول . كما تم الاتصال بالصحيفة المحلية وطلب منها أن تنشر مقالاً عن هذا الحدث . ووجهت الدعوة إلى كبار الشخصيات في وزارة الصحة وغيرها من الهيئات . وجُهزت قاعة الاجتماعات بالمحروضات والملصقات . وحضر خمسة وسبعون مريضاً من مرضى السكري واشتركوا في تأسيس النادي . وانتخب الأعضاء روادهم وبدلوا في التخطيط للأنشطة .

وضع البرنامج

تقرر أن يجتمع أعضاء النادي مرة كل شهر للاضطلاع بمهامهم . وتمّ الاتفاق على الاجتماع مساءً في مدرسة محلية كي يتمكنوا جميعاً من الحضور ، حتى العاملين الصحيين .

وقرّر الأعضاء بعد ذلك أن من الضروري تنظيم برنامج تثقيفي . وتمّ التخطيط لسلسلة من دورات التدريب تمقد كل يوم أربعاء قبيل موعد العيادة المعتاد ، وذلك لمدة شهرين . على أن تعلم المرضى في هذه الدورات دروساً عن النظام الغذائي وفحص البول ، وكيف يعطون أنفسهم حقن الإنسولين ، إلى غير ذلك من إجراءات العون الذاتي .

وتطوع المرضى ذوو الخبرة والعاملون الصحيون ليقوموا بدور المدربين . كما وافقوا على تقديم المشورة بصورة فردية للمرضى الذين يحتاجون لذلك . وتقرر أن يحضر جميع المرضى الحدد جلسات التشاور حتى يفهموا طبيعة مرضهم وما ينبغي تعديله من عاداتهم وسلوكهم . كما تقدم المشورة أيضا للمرضى الذين يجدون صعوبة في تنفيذ نصائح الطبيب .

وقرر أعضاء النادي والعاملون الصحيون أنه من الضروري القيام بزيارات منزلية لحد عائلات المرضى على تقديم المساعدة اللازمة لمرضاهم في البيت .

التقييم

بعد انقضاء شهرين ناقش النادي في أحد اجتماعاته مدى ماحققه من تقدم . وبدأ أن كل المرضى باستثناء اثنين منهم قد تمكنوا من فحص بولهم وحقن أنفسهم . كان كل المرضى تقريباً يحضرون اجتماعات العيادة الشهرية المعتادة . ولم يبق في المستشفى سوى مريض واحد . فمن طريق العون الذاتي استطاع مرضى السكري أن يغيروا سلوكهم ويتنضوا بصحتهم .

لما كانت هذه دراسة حالة ، فالمرجو أن تمن التفكير فيما . هل توافق على ما فعله العاملون الصحيون والمرضى ؟ هل كان في وسعهم أن يفعلوا شيئا مختلفاً أو أفضل ؟ هل من شأن هذا النوع من الأدلة أن يفيد في مجتمعتك ؟ ماهي أنواع الأدلة العون الذاتي التي يمكن تشكيلها ؟ ما الذي يمكن عمله بطريقة مختلفة حتى تصبح هذه الأدلة في مجتمعتك ؟ وما الذي يمكن عمله بنسب الطريقة ؟

أذكر بعض الطرق التي جمعت بها الممرضة المعلومات لتأكد من وجود حاجة للنادي ؟ وماهي الأساليب التي اتبعتها لتحث الناس على المشاركة ؟ وماهي الأنشطة التثقيفية الأخرى التي كان يمكن لذلك النادي أن يقوم بها ؟ وماذا يستطيع أعضاء النادي تعلمه من عملية التقييم ؟

الفصل (الصف) المدرسي

تبيء المدرسة مركزاً مناسباً للتثقيف الصحي . ففيما يجد المرء جماعات من الطلبة ومن المدرسين . والمدرسون أشخاص مرجعيون ، وبإمكانهم أن يقوموا بدور هام في مجال الرعاية الصحية الأولية والتثقيف الصحي . وأحياناً يأتي الآباء إلى المدرسة ليعرفوا مدى تقدم أولادهم في الدراسة وليشاركوا في اجتماعات مع المدرسين .

تعليم المسائل الصحية للأطفال

إن الأطفال في حاجة إلى إكتساب المعرفة والمهارات الكافية وإلى تنمية المواقف والقيم التي من شأنها تحسين صحتهم . وهم يحتاجون كذلك إلى معرفة كيفية وقاية أنفسهم من الأمراض الشائعة التي تنتشر في مجتمعهم . فضلاً عن أنهم في أمس الحاجة إلى معرفة ما يجب أن يفعلوه إذا ما أصابهم مرض . ولا يجب الإكتفاء بتقديم المعلومات للأطفال . بل يلزم أن يكتسب هؤلاء الأطفال مهارات عملية في مساعدة أنفسهم .

إن التثقيف الصحي يمكن أن يتمشى مع كثير من الموضوعات الدراسية الأخرى . ففي دروس العلوم يتعلم الأطفال الكثير عن الحشرات والنباتات . ويمكن عندئذ أن يدرس لهم شيء عن الحشرات التي تنقل الأمراض وما عليهم أن يفعلوه للوقاية منها . كما يمكن أيضاً أن يتعلموا شيئاً عن طرق زرع النباتات ، وعن أنواع النباتات الصالحة لأن تكون غذاء .



يمكن أن تكون الحديقة مشروعاً مناسباً لتدريب تلاميذ فصل مدرسي أو أعضاء نادٍ اجتماعي . ويمكن للأعضاء ولغيرهم من أفراد المجتمع كذلك أن يتعلموا أفكاراً ومهارات جديدة من حديقة معني بها .

كما أنه في دروس اللغات يمكن للأطفال أن يقرأوا قصصاً ويؤدوا تمثيلات لها مغزى صحي . وعندما يتعلم الأطفال الهجاء ، يمكن تدريبهم على تهجئة كلمات متعلقة بالصحة والمرض .

وأثناء دروس التاريخ يمكن تعليم الأطفال شيئاً عن المشاهير الذين اكتشفوا حلولاً للكثير من المشكلات الصحية الخطيرة في العالم . كما يمكن تعليمهم كيف أن الصحة والمرض كان لهما إرتباط بتقدم الأمم والأمبراطوريات وبتدهورها .

وفي أثناء دروس التربية البدنية يمكن تمرينهم على المهارات التي تنمي قدراتهم على الاحتمال وتحافظ على قوة أجسامهم ومرونتها .

ونظراً لأن الأطفال صغار السن كثيرون النشاط ، فيحسن معهم استخدام طرائق تسمح لهم بالمشاركة الكاملة في التعلم ، وبذلك يقدرون المعارف والمهارات التي يكتسبونها بجهودهم الخاصة . ومن الأساليب التي تشجع المشاركة : الاستفسارات ، والنوادي المدرسية ، والعروض الإيضاحية demonstrations ، وتمثيل الأدوار ، والألعاب ، والمشروعات ، والمباريات ، والتقصيات الإجتماعية ، والمناقشة في جماعات صغيرة .

وينبغي أن يكون الأطفال الكبار قادرين على المشاركة في تعليم صغار الأطفال المهارات الصحية الأساسية .

البيئة المدرسية الصحية

يصعب تعليم الطفل قيمة الصحة ما لم تكن البيئة المدرسية مساعدة على توفير السلوك الصحي ، وما لم تكن هناك إمكانيات يمكن بواسطتها ممارسة المهارات الصحية . وفيما يلي أمثلة للإمكانيات الصحية اللازمة للمدرسة :

- مصدر ماء نقي ودائم .
- مرافق لغسل الأيدي .
- وسائل صحية للتخلص من الفضلات الأدمية والنفايات .



هذه المدرّسة تقدم عرضاً إيضاحياً لأحد التلاميذ عن طريقة غسل اليدين غسلًا جيّداً .
لا يمكن أن نتوقع أن يتعلم الأطفال مهارات صحيّة جديدة ما لم تتوافر في المدرسة التسهيلات
اللازمة مثل المياه النظيفة والصابون وأوعية الفسل .

- فصول جيدة الإضاءة والتهوية .
- ملاعب خالية من المواد الحادة أو المضارة .



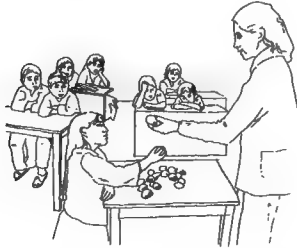
هذا التلميذ يحكّ بالرمل جرحاً أصابه أثناء لعبه كرة القدم في فناء المدرسة . وقد يؤدي هذا العمل إلى
أمراض معدية مثل الكزاز (التتanos) . وهناك ثلاثة أسباب محتملة لهذا المسلك : اعتقاد الطفل أن
الرمل هو خير ما يوقف النزيف ، وعدم وجود مواد الإسعافات الأولية وأدواتها في المدرسة ، وتميّل
أصلقائه له ليواصل اللعب . ماهي أنواع براجم التنظيف الصحي التي يمكن تنظيمها في المدرسة لحل
أمثال هذه المشكلات ؟

- مواد وأدوات الإسعافات الأولية .
- موظفون متمرسون على طرائق حفظ الصحة والإسعافات الأولية .

تدريب المدرسين

رغم أن وزارة التعليم قد تقول إن من الواجب تدريس موضوعات معينة تتعلق بالتغذية الصحي في كل المدارس ، فإن ذلك قد لا يحدث بالفعل . ومن أسباب ذلك أن المدرسين قد لا تتوفر لهم المعرفة والمهارات الكافية لتدريس تلك الموضوعات . كما أن المدرسة قد لا يكون بها مُدرّس سبق له أن تلقى تدريباً في المسائل الصحية . كذلك ربما يكون بعض المدرسين قد تلقوا مثل هذا التدريب منذ سنين طويلة . والآن إما أنهم لا يعرفون أحدث المعلومات عنها وإما أنهم نسوا ما سبق أن عرفوه .

وعلى هذا فمن الممكن تدريب المدرسين أثناء الخدمة . وهذا يعني إمكان تلقي المدرسين التدريب من دون حاجة إلى ترك أعمالهم . وقد يحتاج المدرسون إلى تعلم مهارات الإسعاف الأولي والوقاية من الأمراض الشائعة في المجتمع . انظر الصفحات ١٨٠ - ١٨٢ لمعرفة مزيد من الأفكار عن تنظيم دورة تدريبية .



هذه المُعلّمة تستخدم العرض الإيضاحي كأسلوب تنقيضي . فمن طريق تمكين الأطفال من رؤية أشياء من واقع الحياة - مثل البيض والبطاطس ، تستطيع مساعدتهم على معرفة أي أنواع الأغذية تبنى أجساماً قوية وأنها عندما بالطاقة .

مشاركة الآباء والمجتمع

يجب البحث عن سبل لتشجيع الآباء على الاضطلاع بدور فعال في تزويد أبنائهم بالتثقيف الصحي . فالآباء في الواقع هم المدرسون الأساسيون للأبناء . وفيما يلي بعض الطرائق التي يمكن أن يساعد بها الآباء في الأنشطة الصحية وأنشطة التثقيف الصحي في المدارس :

- العمل مع التلاميذ والمدرسين في مشروعات العون الذاتي لتزويد المدرسة بالموارد الأساسية .
- تشجيع الأطفال على أن يمارسوا في البيت ما تعلموه من مهارات صحية في المدرسة ، فعلى سبيل المثال ، يجب أن يتعلم التلاميذ سرعة التنبه للمشاكل الصحية ، ويمكن أن ينقل هذا الوعي إلى العائلات بسهولة .
- في بعض الحالات يشجع الآباء على زيارة المدرسة ليسهموا بما لديهم من معارف ومهارات . أي ليساعدوا في التدريس . ولكن ذلك يتوقف إلى حد كبير على الثقافة المحلية .

وكثيراً ما يقال : بما أن الأطفال مفتتحون على الأفكار الجديدة ، ففي إمكانهم نقل هذه الأفكار إلى آبائهم . وليس هذا القول بسيطاً كما يبدو في ظاهره فالكثير من الآباء



يمكن لتلاميذ المدارس أن يتعلموا سرعة التنبه للمشكلات الصحية . فهذه الفتاة اكتشفت بقعة متغيرة اللون على خد زميلتها . وهكذا سوف تتمكن الملمعة من إحالتها إلى العامل الصحي على الفور . والأرجح أن كلتا الفتاتين ستخبران والديهما بما حدث . وبهذه الطريقة تنتقل المعرفة الصحية .

يتشبثون بمعتقدات تقليدية تختلف اختلافاً بيناً عما يُدرس في المدارس . وقد يمتعضون من الأبناء الذين يخالفون تلك المعتقدات . فضلاً عن أن الآباء قد لا تتوافر في بيوتهم الإمكانيات الصحية الأساسية التي تكفل للأطفال ممارسة المهارات الصحية الجديدة .

وقد تفيد الزيارات المنزلية والتشاور مع العائلة في مساعدة الآباء على تعلّم المفاهيم الجديدة التي يتعلمها أبنائهم . كما أن اجتماع الآباء مع المدرسين هو طريقة أخرى لإتاحة التثقيف الصحي للآباء .

كذلك فإن إقامة الروابط مع المؤسسات والجماعات الأخرى في المجتمع أمر ضروري لوضع برنامج مدرسي جيد للتثقيف الصحي . فالجماعات والمؤسسات العامة والطوعية مثل جماعات تحسين الصحة وجماعات تنمية المجتمع والجماعات الزراعية وجماعات الرعاية الاجتماعية وغيرها ، في إمكانها أن تقدم خدمات جليلة إلى المدرسة وتلاميذها .

العلاقات

باعتبارك عاملاً صحياً فأنت غريب على المدارس . ولهذا فلا يمكنك أن تدخل المدارس من دون إذن وأن تطلب أداء أنشطة تثقيفية صحية فيها ، أو تحسين أسلوبها في تدريس المسائل الصحية . وينبغي لك أن تتلقى أولاً بالسلطات المسؤولة وهيئة التدريس . وحاول أن تقيم علاقة ثقة وطيدة وصداقة وذلك على النحو الموصوف في الأجزاء السابقة من هذا الكتاب . عندئذ ستكون في وضع يمكنك من حث المدارس على جعل التثقيف الصحي جزءاً له وزنه بين برامجها .

هل تعرف ما الذي تقوله وزارة التعليم عما ينبغي للأطفال تعلمه عن الصحة ؟ هل تعرف مقدار الوقت المخصص لتدريس الصحة والموضوعات ذات الصلة بها ؟ هل هناك موضوعات يختلف تدريسها للأطفال باختلاف أعمارهم ؟ كيف يمكنك معرفة كل هذه الأمور ؟

التثقيف الصحي في موقع العمل

تسعى الرعاية الصحية الأولية إلى الوصول إلى الناس حيثما وجدت الحاجة إلى الرعاية الصحية . ولقد تحدثنا عن الوصول إلى الناس في قراهم وأحيائهم ، وناقشنا الرعاية

الصحة الأولية في إطار المدرسة . وينبغي لنا أيضا أن ندرس كيف تنظم الرعاية الصحية الأولية والتثقيف الصحي في المصنع أو موقع العمل . وهذا القسم لا يتناول الموضوع بالتفصيل ولكنه يقدم بضعة دلائل أساسية . ويجب عليك أن تطبق مهارات التخطيط السابق وصفها في الفصل الثالث على مواقع العمل في مجتمعك المحلي .

ماهو موقع العمل ؟

يعمل الناس في أماكن كثيرة ، منها منازلهم . وحيث أن هذا الفصل معني بالجماعات ، فإننا نناقش في هذا القسم أماكن العمل التي تجتمع فيها جماعات من الناس لإنتاج سلع أو تقديم خدمات . فمثلا ، إذا كانت السلع ملابس ، فيمكن أن يكون موقع العمل دكان خياط ، العاملون به هم صاحبه وصييان يتمرنان على المهنة ، أو أن يكون مصنعا كبيرا يعمل فيه ما يزيد على مائة عامل . ويمكن أن تكون الخدمة مطعما صغيرا يقوم بالطهي والخدمة والتنظيف فيه ثلاثة أو أربعة أشخاص أو فندقا كبيرا يخدم الفئات من النزلاء .

ومن الضروري التعرف على مواقع العمل المختلفة في بلدك أو المناطق المجاورة . وعليك أن تسعى إلى معرفة عدد الأشخاص العاملين في كل مكان والأعمال المختلفة التي يقومون بها .

الصحة والعمل

إن الصحة والعمل وثيقا الصلة كل منهما بالآخر . فياخذ الناس أن يعملوا من أجل الحصول على المأكل والملبس ووقاية أنفسهم من المرض . ولا يستطيع الشخص العليل أن يعمل كالشخص المعافى . ويمكن لبيئة العمل أن تؤثر في صحة الأشخاص أيضا . فيمكن أن يتعرض العمال لأخطار الآلات ، أو المواد الكيميائية الخطرة أو الأوضاع المرهقة .

والتثقيف الصحي في موقع العمل لا يساعد العمال على تعلم كيف يقون أنفسهم من الأخطار في بيئة العمل فحسب ، بل يعلمهم أيضا كيف يحسنون العناية بصحتهم الشخصية في العمل والمنزل وفي أي مكان آخر .

التخطيط للتثقيف في موقع العمل

الحصول على الموافقة

لا يمكنك أن تقتحم مصنعا أو مكان عمل وتبدأ التثقيف الصحي . فهذا من شأنه أن يحدث اضطرابا في العمل الجاري . ولابد لك أولا من معرفة المسؤولين في موقع العمل وأن تكسب مساندتهم وموافقتهم . وفي الوقت نفسه يجب أن تستطلع الرأي عن أنسب وقت لتنظيم البرامج التثقيفية ، وأفضل مكان لتنفيذ البرامج ، ومجموعات العمال المختلفة التي قد تكون في حاجة إلى التثقيف .

التماس المشاركة

في مقدور بعض المصانع أو الهيئات الخدمية الكبيرة أن يكون لديها موظفون صغيرون خاصون بها ، ولكن معظم مواقع العمل صغيرة إلى حد ما ، وليس في مقدورها استخدام عامل صحي طوال الوقت . وحينئذ يكون من المهم للعمال أن يشاركوا في اختيار بعض زملائهم للتدريب على المهارات الأساسية لتعزيز الصحة وللأسعاف . وهذا يمكن العمال من تقديم الرعاية الصحية الأولية لأنفسهم بمجهودهم الذاتية .

التعرف على الاحتياجات

يوجد نوعان أساسيان للاحتياجات الصحية التي تهم الناس في موقع العمل . فأولا ، هناك الاحتياجات ذات الصلة المباشرة بالعمل نفسه . ومن خلال الملاحظة والاستجواب في لقاءات شخصية ومراجعة السجلات (خاصة إذا وجدت سجلات للاصابات) يمكن التعرف على أنواع الخطر والضغوط التي يتعرض لها العمال . ثم هناك الاحتياجات المتصلة بالمشاكل الشائعة التي قد تؤثر في صحة العامل الشخصية وقدرته على العمل . فمثلا ، يمكن أن تكون البرداء (الملاريا) أو شرب الخمور سببين رئيسيين للتغيب عن العمل . وقد تكون عادات التدخين لدى العمال مصدر قلق لهم . ويمكن أن يركز التثقيف الصحي في موقع العمل على كل من الأخطار الصحية المهنية ومشاكل الصحة الشخصية .

تدريب الجماعات

التدريب هو تعليم المهارات الجديدة على نحو منظم . وهو يقدم في أغلب الحالات إلى جماعات من الأفراد ، كل منهم في حاجة إلى تعلم نفس المهارات . وحيث إن التدريب يتضمن تعلم المهارات ، فلا بد من إتاحة الفرص العديدة للمشاركين لممارسة المهارات الجديدة ، والمشاركة في إعداد البرنامج التدريبي وإدارته للتأكد من أنه يفي باحتياجاتهم . ولذلك فإن تشكيل لجنة تضم المدرّبين والمتدربين أمر جد مفيد .

الصرف على احتياجات التدريب

لقد ذكرنا من قبل أن هناك عدة جماعات ضمن المجتمع يمكنها أن تستفيد من برامج التدريب التي قد تنظمها :

- فعال صحة المجتمع يحتاجون إلى التدريب على مهارات الرعاية الصحية ومهارات التثقيف الصحي .
- والمدرسون قد يحتاجون إلى مهارات خاصة بالصحة والتثقيف الصحي .
- والجماعات المختلفة في المجتمع قد ترغب في تنمية مهارات معينة ، فعل سبيل المثال قد ترغب الحوامل اللائي ينتظرن أول طفل لهن في أن يتدربن على مهارات رعاية الأم والطفل ، وقد يحتاج العمال إلى التدريب على الإسعافات الأولية ، وما إلى ذلك .
- وهناك عدة طرق لاكتشاف أنواع التدريب التي يريد الناس أن يتزودوا بها :
- تحدّث إلى الناس جماعات أو في مقابلات فردية : ماهي المهارات التي يريدونها ؟
- لاحظ الناس في بيوتهم أو أثناء أعمالهم : هل يبدو أنهم يؤدّون أعمالهم على خير وجه ، أم أن هناك مجالاً لتحسين ذلك الأداء ؟
- أنظر إلى الواجبات الملقاة على عاتق العاملين الصحيين : فهل تعلّموا جيداً كيف يقومون بتلك الواجبات ؟
- فكّر في المجتمع : هل لديه مشاكل خاصة من شأنها أن يحتاج العاملون الصحيون إلى تعلم مهارات جديدة ؟



من المهم أن يشارك كل أفراد الجماعة في التدريب . ويتنظم القاعد في شكل دائرة أو حدود حصاد ، يستطيع الناس رؤية بعضهم بعضاً وتسهل مناقشة الأفكار والخبرات ماقشة جماعية .

- إطلع على التقارير الموضوعية عن البرامج التي نظمها مؤسستك : هل كانت هذه البرامج ناجحة ؟ وإن لم يكن الأمر كذلك ، فهل يعتقد مديرو البرنامج أن نقص مهارات الموظفين هو سبب الفشل ؟ وما رأيك أنت ؟
- إطلع على المجلات ونشرات الأنباء الصادرة عن الجماعات المهنية المتخصصة كجماعات المرضيات ومفتشي الصحة ، وتحدث كذلك مع المشرفين عليك : ماهي أحدث الأفكار في مجال الرعاية الصحية ؟ ماهو التدريب اللازم لممارسة المهارات الجديدة ؟

أهداف التعلم

أهداف التدريب

- التدريب ، شأنه شأن غيره من برامج التنقيف الصحي ، له هدف معين . والهدف هو السلوك الجديد الذي سوف يتخذه المتدربون عند نهاية برنامج التدريب . والسلوك في هذه الحالة يشتمل على مهارات جديدة . ومن أمثلة أهداف التدريب مايلي :
- فيما يتعلق بعامل صحة المجتمع ، أن يكون قادرا على تنظيف جرح صغير ومعالجته وتضميده .

- وفيما يتعلق بالمدرس ، أن يكون قادرا على توضيح كيف ينظف التلاميذ أستاذتهم بالبيان العملي .

الأهداف الصحية

بعد أن يتعلم عمال صحة المجتمع والمدرسون وغيرهم من العاملين المحليين مهارات جديدة ، يجب أن يصبحوا قادرين على تقديم خدمات أفضل . ويجب أن تؤدي هذه الخدمات إلى تحسين صحة المجتمع . فتدريب العاملين على تنفيذ برنامج التطعيم مثلا - يجب أن يؤدي إلى تحقيق الهدف الصحي الخاص بتخفيض عدد الأطفال الذين يعانون من الحصبة ، والتهاب سنجابية النخاع (شلل الأطفال) وغير ذلك من الأمراض ، والقضاء على الوفيات بسبب تلك الأمراض .

إشراك الناس في وضع الأهداف

ينبغي لمن سوف يتلقون التدريب أن يناقشوا مدى حاجتهم للتدريب والأهداف التعليمية . وعليهم أن يتفقوا على ما يريدون تعلمه . وهذه الطريقة يزداد إهتمام الناس بالتدريب وحرصهم عليه ، وتشتد رغبتهم في حضور كل حصص التدريب .

طرائق التدريب

ينبغي أن يتيح برنامج التدريب للناس أكبر عدد ممكن من الفرص لممارسة المهارات الجديدة . وعلى هذا فيجب أن تستخدم طرائق التثقيف الصحي التي من شأنها أن تشجع على المشاركة والممارسة .

فالمينيات السمعية والبصرية ، مثل الملصقات والصور التي تعرض بأجهزة العرض ، يمكن أن تقدم معلومات ومعارف أساسية . ولتعلم المهارات الفعلية ينبغي استخدام بعض الأساليب مثل العروض الإيضاحية demonstrations ودراسة الحالات والألعاب والتجليات إلخ ... ويوجد في الصفحتين ١٩٣ - ١٩٤ مثال للألعاب التثقيفية . وفيما يلي شرح للعروض الإيضاحية ودراسات الحالات والتجليات .

العروض الإيضاحية

إن العروض الإيضاحية demonstrations طريقة جذابة لمشاركة المهارات والمعارف . فهي تنطوي على مزيج من التعليم النظري والإجراء العملي اللذين يضيفان عليها طابعا حيويا .

الغرض

تساعد العروض الإيضاحية الناس على تعلم مهارات جديدة .

حجم الجماعة

يمكن استخدام العروض الإيضاحية مع الأفراد وجماعات المتدربين الصغرة . وحين تكون الجماعة مفرطة الكبر ، لانتاح لأفرادها الفرصة لممارسة المهارات وتوجيه الأسئلة .

التخطيط للعروض الإيضاحية

الموضوع

تعرف على المهارات التي يريد الأفراد أو الجماعات أن يتعلموها . وربما كنت قادراً على عرض المهارة عمليا بنفسك . فإن لم تستطع فابحث عن شخص يعرف تلك المهارة ويستطيع مساعدتك في العرض الإيضاحي .

الأدوات

العرض الإيضاحي شبيه من ناحية ما ، بالاستعراضات العملية . لذلك فإن بعض الأدوات المستخدمة في المعارض - مثل النماذج وغيرها من الأشياء الحقيقية - يمكن أن تستخدم في العرض الإيضاحي . كما يمكن الاستعانة بالملصقات والصور لهذا الغرض .

ويجب أن يكون العرض الإيضاحي واقعياً . فتأكد من أنه متفق مع الثقافة المحلية . وهذا يعني أنه يجب أن تستخدم أدوات ومواد مألوفة لدى المشتركين في تعلم المهارة المعنية . فإن كنت مثلاً تقدم عرضاً إيضاحياً عن التغذية ، وكانت النساء في قرينك



تفيد العروض الإيضاحية ، على وجه الخصوص ، عندما تقترن بالزيارات المنزلية . فالمهارات يسهل تعلمها عندما تكون الأدوات المستخدمة فيها هي نفس الأدوات التي يستخدمها الشخص عادة .

يستخدمُ الحطّابُ للوقود والأواني الفخارية للطهر ، فاستعمل هذه الأشياء ذاتها . ولا تستخدم الأشياء غير المألوفة مثل مواقد الكيروسين والأواني المعدنية . واستخدم أيضاً المواد الغذائية الشائعة . فإن استخدمت في عرضك مواداً غريبة لأعهد للناس بها ، فربما يعجزون عن تطبيق المهارات الجديدة في بيوتهم .

ضع قائمة بالمواد والأدوات التي سوف تحتاجها . واحرص على أن تكون تلك المواد والأدوات في متناول يدك عندما يحين وقت استخدامها . وفر المواد اللازمة بكمية تكفي لأن يستخدمها شخص أثناء الممارسة .

المكان

يجب توفير المكان الذي يتسع للجميع بحيث يمكنهم جميعاً رؤية العرض الإيضاحي وممارسة المهارة .

الوقت

تخبر الوقت الذي يلاهم الجميع . وتأكد من توفير الوقت الكافي لطرح الكثير من الأسئلة وللتدرب على المهمة . فالعرض الإيضاحي لكيفية ترشيح الماء لن يتجاوز عشرين دقيقة . أما العرض المتعلق بتعليم المزارعين كيف يبنون الصوامع لتخزين الغلال فيستغرق بضع ساعات . وفر الوقت الكافي . فإنك إن أسرعت فلن يتمكن الجميع من المشاركة والتعلم .

تقديم العرض الإيضاحي

للعرض الإيضاحي أربع مراحل :

اشرح الأفكار والمهارات التي سوف تكون موضوع العرض الإيضاحي . ويمكنك هنا أن تستعين باللوحات والصور ، وبخمس أن ترفع يديك بعض الأشياء الحقيقية التي ستستخدمها ، ثم مررها على كل شخص ليرأها عن كثب ، وشجع أفراد الجماعة على طرح الأسئلة للتأكد من أنهم قد فهموا شرحك .

قدم العرض الإيضاحي ، وعمل في إجراء كل خطوة الواحدة تلو الأخرى ، وتأكد من أن الجميع يستطيعون رؤية ماتفعله ، وكرّر الشرح طوال العرض . وإذا لم يفهم الحاضرون خطوة من الخطوات أعدّها مرة ثانية وشجعهم على طرح المزيد من الأسئلة .

وبعد ذلك ، أطلب من أحد الأشخاص أن يعيد العرض الإيضاحي ، واطلب من أفراد الجماعة أن يسلوا تعليقاتهم أثناء قيامه بذلك .

وأخيراً ، أعط كل فرد الفرصة للممارسة ، وتنقل بين أفراد الجماعة وتابع عملهم ، وقم لهم مقترحاتك بشأن تحسين أعمالهم ، ومن المفيد أن تجعل الناس يعملون مثني مثني ، حتى يمكنهم تقديم الاقتراحات والمساعدة إلى بعضهم البعض : فبدأ الفرد الأول من كل ثنائي بممارسة المهارة في الوقت الذي يقوم فيه الثاني بمراقبته والتعليق على مايفعله ، ثم يأخذ الشخص الثاني دوره ويقوم هو بالعمل .

تنظيم سلسلة من العروض الإيضاحية

يقضي الأمر عادة عقد أكثر من اجتماع واحد لتعليم الناس المهارات . فقم بالإعداد لها بعناية . فممكنك تدريس بعض الخطوات في يوم ثم تطلب من الحاضرين أن يعودوا

إليك في اليوم التالي أو في الأسبوع التالي . أتج لهم الوقت الكافي لتعلم كل خطوة من الخطوات على الوجه الصحيح .

وقد تقدم عرضاً إيضاحياً لعمال صحة المجتمع بشأن طرق إصلاح الدراجات وصيانتها ، فعليك أن تفكر في عدد الخطوات أو المهارات التي تتضمنها هذه العملية . فقد يلزمهم معرفة طريقة إصلاح الإطار المثقوب . وعليهم أن يداوموا على تشحيم الخنزير وأن يتعلموا كيف يعيدونه إلى مكانه لو انقلبت منه . وليكن تنظيمك لسلسلة العروض الإيضاحية بحيث تقتصر على نشاط واحد في كل مرة .

وبعد بدء تقديم عرض جديد ، أطلب من أحد أفراد الجماعة أن يعيد العرض الذي أجرته في الاجتماع الأخير . فذلك يجعلك تتحقق من أنهم يتذكرون ماشرحه .



بعد أن أوضح هذا العامل الصحي مهارات المحافظة على صحة الفم للتلاميذ عملياً أخذ يراقبهم بدقة ليتحقق من أن كل طفل يعرف كيف ينظف فمه على الوجه الصحيح .

التحقق من النتائج

تيقن من أن الجميع يستطيعون ممارسة المهارة على الوجه الصحيح قبل أن يفادروا مكان العرض الإيضاحي . فإن كنت تقدم عرضاً ، مثلاً ، لطريقة مزج محاليل تعويض السوائل بالفم للأطفال المصابين بالإسهال ، وأضافت إحدى الأمهات كثيراً من الملح

إلى المخلول ، فإنها قد تؤذي بذلك طفلها . فقبل أن تغادر هذه الأم مكان المرض ، تأكد من أنها أصبحت قادرة على أن تبين لك أنها ستستخدم المقدار الصحيح من الملح .

وتفيد زيارات المتابعة في التحقق من تعلم الناس للمهارات . فمن طريق هذه الزيارات يمكنك أن تبين ما إذا كان الناس قد أصبحوا قادرين بالفعل على ممارسة المهارات التي تعلموها في بيوتهم .

دراسات الحالات

تركز دراسات الحالات case studies على الحقائق وتقدم الأحداث كما وقعت في الحقيقة .

الفرض

تساعد دراسة الحالات الناس على تعلم كيف يحلون مشكلاتهم . فبالقراءة عن حالة (أو مشكلة) واجهت جماعة أخرى أو مجتمع آخر أو السماع عن تلك الحالة ، يمكن للناس أن يفكروا كيف كانوا يحلون تلك المشكلة لو أنها واجهتهم . كما أنهم يتعلمون مما حققه الآخرون من نجاحات ومما وقعوا فيه من أخطاء وذلك من خلال دراسة الحالة .

حجم الجماعة

رغم أنه يمكنك مناقشة دراسة الحالة مع الأفراد ، إلا أنها تكون أكثر تشويقاً حين تُقرأ وتناقش في جماعة صغيرة . فهذه الطريقة يشترك كثير من الناس في تبادل الأفكار ، مما يساعد على عملية التعلم .

وتفيد دراسة الحالات إذا استخدمت مع جماعات من تلاميذ المدارس ، أو لجان تنمية المجتمع أو أثناء تدريب عمال صحة المجتمع مثلاً .

إختيار دراسة الحالة وكتابتها

بادئ ذي بدء يجب أن تعرف ماهي المشكلات التي يود الناس حلها . ولنفترض أنك تعمل مع لجنة لتنمية المجتمع قررت أن تطور مصدر المياه في القرية . هل يمكنك ، من خلال خبرتك ، أن تفكر في قرى أخرى حاولت أن تحل هذه المشكلة ذاتها ؟ فإن

كنت لم تشترك في مثل هذه المشروعات من قبل فتحدث مع العاملين الصحيين الآخرين لتعلم من تجاربهم .

واختر من هذه التجارب عوامل النجاح والفشل . واختر أيضاً تجارب المجتمعات التي تتشابه في ثقافتها مع المجتمع الذي تعمل فيه .

ودوّّن هذه التجارب لتكوّن دراسة الحالة . وإذا كانت القرية التي اخترتها لدراسة الحالة على مقربة من مكان عملك ، فبدّل اسم القرية وأسماء أهلها ، إذ قد يتحرج أهلها إذا علموا أنك تتحدث عنهم مع أهل القرى المجاورة .

وفي دراسة الحالة ، اشرح كل الخطوات التي اتّخذت لحل المشكلة ، وكيف لاحظ الناس المشكلة في بادئ الأمر ؟ وماذا كان سبب هذه المشكلة في رأيهم ؟ ومن الذي اشترك في محاولة حلها ؟ وماهي الأعمال التي خططوها لحلها ؟ وكيف نفذوا هذه الأعمال ؟ هل سارت الأمور على مايرام أم واجهتهم صعوبات ؟ وماذا كانت النتائج النهائية ؟

حاول أن تكتب وقائع دراسة الحالة باختصار ، إذ لا ينبغي أن تتجاوز دراسة الحالة صحفيين مكتوبين بخط يدك . فإن كانت الدراسة أطول من اللازم فقد يعجز الناس عن تذكر تفاصيلها ويختلط عليهم الأمر عند مناقشتها . وتجد في الصفحات ١٧٠ - ١٧٢ دراسة حالة على سبيل العينة .

إستخدام دراسة الحالة

إذا كانت الجماعة تستطيع القراءة ، فيمكنك أن تنسخ من هذه الدراسة بضع نسخ ليشاركوك في قراءتها . أما إذا كانت الجماعة غير قادرة على القراءة ، فعليك أن تقرأها أمامهم على مهل . ومن الأفضل أن تعيد قراءتها حتى تتأكد من أن الجميع قد استمعوا إلى نقاطها الأساسية .

وبعد الفراغ من قراءة دراسة الحالة أو سماعها ، شجّع أعضاء الجماعة على البدء في مناقشتها . ويمكنك أن تطرح عليهم بعض الأسئلة الاستهلاكية . هل توافقون على الحلول التي وضعها الناس في دراسة الحالة هذه ؟ ما سبب نجاحهم (أو فشلهم) في رأيكم ؟ هل ما فعلوه يمكن أن ينطبق على مجتمعكم ؟ ما الذي علينا أن نفعله بطريقة مختلفة عما فعلوه ؟

شجع كل شخص على المشاركة بأفكاره . ساعد الجماعة على التوصل إلى بعض القرارات عن الأفكار التي يمكن أن يستخدموها لحل نفس المشكلة في قريتهم أو جماعاتهم .



يتوافر لدى عمال صحة المجتمع قدر محدود من الأدوية الأساسية يمكنهم من معالجة بعض المشكلات الصحية البسيطة .

نموذج لدراسة الحالة : « تزويد قرية السالمية بالمياه »

يتألف مجتمع السعيدة من عدة قرى . وفي كل قرية منها كان الناس يعانون من الإصابة بمرض ديدان المدينة ، وهو مرض يحمله الماء . فإن شرب الناس ماء ملوثاً يتناول هذه الديدان ، فقد يجدون - بعد تسعة أشهر أو سنة - أن دودة بيضاء غليظة قد نمت داخل أجسامهم . وتتم هذه الدودة عادة في أي جزء من أجزاء الجسم يلامس الماء (الأرجل عادة) . وتُحدث الدودة البالغة

قرحة في الجلد وتندفع من خلاله لتضع بيضها في الماء . وهذا المرض المؤلم ، يسبب في انقطاع الناس عن أعمالهم أو مدارسهم ، كما أن القرحة قد تتلوث بالكزاز (التانوس) .

وبعد أن ناقش سكان منطقة السعيدية هذه المشكلة مع المسؤولين في المركز الصحي المحلي ، قرروا تنظيم مشروع للرعاية الصحية الأولية لمكافحة هذه الديدان وغيرها من المشكلات الصحية المحلية .

وأبلفت كل قرية في منطقة السعيدية بمشروع الرعاية الصحية الأولية وأهميته . وطلب من كل قرية أن توفد متطوعاً واحداً على الأقل إلى المركز الصحي ليترب حتى يصبح أحد عمال صحة المجتمع .

وبناء على ما ذكره قادة ذلك المجتمع من مشكلات ، وضع المسؤولون عن المركز الصحي برنامجاً تدريبياً يشمل الموضوعات التالية :

- توفير مصدر للمياه النقية وهذا يشمل على التدريب على إنشاء الآبار ، وحماية البنايع ، وترشيح بسيط للمياه ، مع التأكيد على العون الذاتي .
- الاسعافات الأولية للجروح .
- معالجة المشكلات الصحية البسيطة مثل الحمى والإسهال .
- صحة الطفل وتغذيته .

وقرية السالية قرية صغيرة تبعد حوالي عشرة كيلو مترات عن مركز السعيدية الصحي . وعندما سمع القرويون نبأ برنامج الرعاية الصحية الأولية ، غمرهم السعادة والسرور . وكان أربعون شخصاً من كل خمسة وسبعين شخصاً في السالية مصابين بديدان المدينة . ولذلك رغبوا أن يذهب شخص إلى السعيدية ليتعلم كيف يخلص القرية من هذا المرض .

وعندما سمع عمدة السالية النبأ ، استدعى أخويه لمناقشة الفكرة معهم ، وقرروا أن يذهب أحد أبناء هذين الأخوين إلى السعيدية ليتلقى التدريب . وكان هذا الابن ، واسمه إبراهيم قد أنسى تعليمه الأولي منذ عدة سنوات وكان في اعتقاد الرجال الثلاثة أنه ذكي ، وعلى ذلك فهو الاختيار المناسب . ورأوا أيضاً أن التدريب قد يفيد في المستقبل .

وعندما أذيع نبأ إيفاد إبراهيم ، لم يسعد سكان القرية بهذا النبأ . فبعض الناس كانوا يريدون إرسال أفراد من عائلاتهم . كما أنهم شعروا بأن إبراهيم صغير السن وأنه سيجر إلى المدينة في نهاية المطاف . عندئذ لن يعود عليهم بالفائدة . ولكن قليلاً من الناس هم الذين أقصحو عن رأيهم ، وهكذا نفذ العمدة قراره . وأرسل ابن أخيه للتدريب .

وعندما عاد إبراهيم ، كان أول ما فعله هو دعوة كبار السن في القرية إلى إجتماع ، وقال لهم إن القرية عليها أن تبني له كوخاً أو حجرة صغيرة بجوار بيت أبيه . وستكون هذه الحجرة هي « عيادته » . وصادف ذلك الوقت موسم الزراعة ، وكان كل الناس منشغلين في أعمالهم ، ومع ذلك وافقوا على القيام بما طلبه إبراهيم . وتمنوا أن تساعد العيادة في أن تحسن خدماتهم .

واستمتع إبراهيم بمعالجة المرضى . وكان قد حصل من السيدة على قدر يسير من الأدوية للاستعمال في قريته ، بشرط أن يبيعها بشئ زهيد يسمح له بشراء أدوية تحمل عمل ما يتفد منها . إلا أن إبراهيم أثر نفسه فكان يبيع الأدوية بشئ مرتفع ليستحوذ لنفسه على الربح الفائض . وفي أول الأمر لم يتظلم الناس ، لأنهم كانوا لا يعرفون ما يفعله العاملون الصحيون الآخرون في القرى المجاورة .

وعمل إبراهيم على بيع ماله من أدوية بسرعة ، كي يذهب إلى السيدة لشراء المزيد . وكان يكتسب هناك الأسبوع ، أو يذهب إلى المدينة ، ويجمع نفسه بزمججه من بيع الأدوية .

وبعد عدة شهور ، علم أهل قرية السالية من أصدقاء لهم - بما يفعله العاملون الصحيون الآخرون في القرى المجاورة . فمعظم هؤلاء العاملين كانوا قد شرعوا فعلاً بالجهود الذاتية في حفر الآبار وحماية البنايع . ولم يطلب أي منهم من بعضهم بناء عيادة . وكان الجميع يبيعون الأدوية بأسعار زهيدة . ولا يكتسب أحدهم بعيداً عن قريته مدة طويلة ، إذ كانوا كلهم يعودون إلى قراهم في نفس اليوم بعد ما يمسلمون مؤونتهم من الأدوية .

وشعر أهل قرية السالية بالحزن والألم لأنهم لم يستفيدوا من مشروع الرعاية الصحية الأولية .

التعلم من دراسة الحالة

إن دراسة حالة case study كذلك يمكن استخدامها مع قادة القرية لمساعدتهم على تعلم حسن اختيار عمال صحة المجتمع واستخدامهم . ويمكن مناقشة هذه الدراسة مع عمال صحة المجتمع أنفسهم لمساعدتهم على تعلم أفضل طريقة للتصرف والعمل في مجتمعاتهم .

وفيما يلي بعض الأسئلة التي قد تطرح في المناقشة :

- ماذا أصاب البرنامج من أخطاء ؟
- ماذا كان في مقدور عمدة السالية أن يفعله بخلاف ما فعله ؟
- ما الذي كان ينبغي للقرويين المعارضين أن يفعلوه منذ البداية ؟

- ماهي أفضل طريقة لاختيار عامل صحة المجتمع ؟
- ماهي المؤهلات التي يجب أن تتوفر في عامل صحة المجتمع ؟
- ما الذي ينبغي لأهل قرية السالمية أن يفعلوه الآن ؟

ويمكنك ، على أساس الأفكار التي برزت أثناء المناقشة ، إعداد مشهد تمثيل الأدوار . فيمكن للناس أن يقوموا بأدوار الممثلة وأخويه وإبراهيم وعدد من القرويين الآخرين . ويمكن أن يعد مشهد يبين الأسلوب الذي كان يمكن اتباعه في تنظيم مشروع جيد للرعاية الصحية الأولية . ويعد مشهد آخر يبين طرق تحسين الوضع الذي وجد أهالي السالمية أنفسهم فيه .

تمثيل الأدوار

تمثيل الأدوار role playing هو تمثيل أوضاع ومشاكل الحياة الواقعية .

وفي تمثيل الأدوار يتلقى الممثل وصفه للشخصية التي يتقرر قيامه بتمثيلها . ومن هذا الوصف يترجم الممثل الأداء والحوار كما يوحيه المشهد في تقديمه . ويحاول الممثل التصرف بالأسلوب الذي يمكن أن تتصرف به الشخصية عندما تواجه بوضع معين أو مشكلة معينة .

ويتصرف المشتركون بطريقة طبيعية ، ليس غير ، بحيث تتطور أدوارهم مع تقدم التمثيلية .

وفي تمثيل الأدوار يتطوع بعض الناس لأداء الأدوار . ويتابع الآخرون الممثلين باهتمام بل إنهم قد يقدمون اقتراحات للممثلين . وقد يقرر بعض النظارة الإشتراك في التمثيل .

وبعد انتهاء التمثيلية ، يقدم كل من الممثلين والنظارة تعليقاتهم وردود أفعالهم . عندئذ ، يأتي دورك الهام في توجيه المناقشة . فسل الممثلين أسئلة كهذه : ماذا كان شعورك وأنت تمثل هذا الدور ؟ هل أنت راضي عما آل إليه الوضع الذي كنت تمثل ؟ هل كان في إمكانك أن تفعل غير ما فعلت لتصل إلى نتيجة أفضل ؟ ثم أطلب من الجمهور أن يدلي بآرائه . فهذه المناقشة تساعد الناس على تعلم شيء من التمثيلية .

الفرض

من خلال تمثيل أوضاع الحياة الواقعية يفهم الناس أسباب مشكلاتهم ونتائج سلوكهم فهماً أفضل . كما أن تمثيل الأدوار يمكن أن يساعد الفرد على استكشاف طرق لتحسين علاقاته مع الآخرين وكسب تأييدهم له في جهوده من أجل الحياة حياة أوفر صحة .

وهناك غرض آخر من تمثيل الأدوار هو صقل الناس بخبرات التواصل والتخطيط واتخاذ القرار . وأخيراً ، فإن تمثيل الأدوار يساعد الناس على إعادة النظر في مواقفهم وقيمهم . كما أننا نتعلم الكثير عن سلوكنا أثناء تمثيل الأدوار . ويمكننا أن نكتشف كيف نحت مواقفنا وقيمنا على التعاون على حل المشكلات أو على العكس من ذلك ، كيف نخلق تلك المواقف والقيم المشكلات .

حجم الجماعة

يقوم تمثيل الأدوار عادة على الجماعات الصغيرة . إذ يمكن أن يقوم بتمثيل الأدوار العامل الصحي بالاشتراك مع شخص أو شخصين . فقد يأتي شخص إلى العامل الصحي على انفراد ، فيطلب منه الأخير أن يقوم بتمثيل مشكلته بحيث يعرض دوره الحقيقي في الحياة ، بينما يمثل العامل الصحي دور أحد الشخصيات الهامة في حياة ذلك الشخص .

الوقت

ينبغي أن يستغرق تمثيل الأدوار حوالي عشرين دقيقة ، وإذا كانت أحداث التمثيلية شقة والجمهور مهم بها فدع التمثيل يتواصل . لكن عليك أن توقف التمثيل : (أ) عندما يتمكن الممثلون من حل المشكلة المعروضة عليهم ، (ب) أو عندما يتحير الممثلون ويعتذر عليهم حل المشكلة أو (ج) إذا بدا الملل على الجمهور .

بعد ذلك اصبح لهم مدة ٢٠ - ٣٠ دقيقة أخرى للمناقشة . فالمناقشة تساعد الناس على التركيز على المسائل المهمة في التمثيلية . وإذا كانت المناقشة حامية ومثيرة فاصبح لها بالاستمرار وقتاً أطول . وربما تقترح إعادة التمثيلية لتجرب الاقتراحات التي تمخضت عن المناقشة .

اهتمامات أخرى

يؤدي تمثيل الأدوار وظيفته خير أداء عندما يعرف الناس بعضهم بعضاً وتتوافر الثقة فيما بينهم . فقبل أن تشرع في تمثيل الأدوار مع شخص ما ، تأكد من أنك أقمّت علاقة طيبة معه . وإذا اشتركت في التمثيلية جماعة من الناس فتأكد من أن أفرادها قد التقوا بعضهم ببعض عدة مرات لتضمن أنهم متعارفون .

وينطوي تمثيل الأدوار على شيء من المخاطرة . فحيث إننا لانعرف النتيجة التي سينتهي إليها تمثيل الأدوار فإن الممثلين يتصرفون بطريقة مجهولة العواقب . فلا تطلب من الناس أن يقوموا بأدوار تشعروهم بالحرج . وبعض الناس لا يتحمس للحديث العلني أمام الجماعات وربما يخشى ذلك . فلتأخير هذا النوع من الناس على التمثيل . ودعهم يشاهدون تمثيل الأدوار عدة مرات وانظر هل أصبحوا أكثر شجاعة وحماساً من ذي قبل .

نموذج لتمثيل الأدوار

السيدة سلمى هي ممرضة المجتمع المحلي . وقد انشأت نادياً للأمهات في إحدى القرى . وتجتمع عضوات النادي مرة كل شهر في المركز الصحي لمناقشة المسائل المتعلقة بتثنية الأطفال ، ولتعلم مهارات جديدة . وذات يوم أقبلت ثلاث من الأمهات على السيدة سلمى ، وسألنها عما إذا كان من الممكن أن تجتمع عضوات النادي في المدرسة الابتدائية المحلية في ذلك الشهر . وقلن إن المدرسة أقرب من المركز إلى بيوت معظم الأمهات . ورأت السيدة سلمى في أعينهن أن هناك أسباباً أخرى محتملة لطلبهن تغيير المكان . وقررت أن لا تسأل أي أسئلة في ذلك الوقت ووافقت على التغيير المقترح . وعندما اجتمعت عضوات النادي في المدرسة أخبرهن السيدة سلمى بمشكلاتهن . فقلن إن الموظفین في المركز الصحي لاهتمامين بلطف . فأحياناً يتلصق الموظفون في تسجيل الأمهات فيطول انتظارهن . وإذا طلبت الأمهات بطاقتين ، فإنيهن لا يحسنون الرد وبأمرهن بالانصراف إلى منازلهن إن لم يردن الانتظار . وزعمت الأمهات أن الممرضات كن يتهربن عندما لايزيد وزن أطفالهن بالمعدل المطلوب . فكل ما كانت تفعله الممرضات هو إصدار الأوامر ولم يقدمن لهن أي إرشاد أو توجيه . وإذا استفسرت أم عن شيء ، قالت للممرضة إنها جد مشغولة . وأخيراً ، كان موظفو الصيدلية يعملون على تعطيل الأمهات . وكان الصيدلة يصرفون الدواء لأصدقائهم خلال خمس دقائق ، بينما تظل الأمهات منتظرات لمدة ساعة أو يزيد . وحتى إذا حصلن على الأدوية فإنيهن لايجدن إلا نصف الكمية المقررة لهن . وإن تطلعت الأمهات ، قيل لهن « إذهبن واشترين الدواء من مكان آخر » .

والآن أدركت السيدة سلمى لماذا طلبت الأمهات الاجتماع في المدرسة ، إذا أنتن كن خائفات من موظفي المركز الصحي . وكن لا يردن أن يُجن بالشكوى في مكان يُحتمل أن يَسْرَق السمع فيه شخص ما .

وقررت سلمى أن تستخدم أسلوب تمثيل الأدوار مع هؤلاء الأمهات لتساعدن وتساعد نفسها على معرفة المزيد عن المشكلة . وبدأت بشرح طريقة تمثيل الأدوار role playing للأمهات وسأتهن عما إذا كن يردن تجربتها . ووافقت الأمهات جميعاً . وبدأت بعرض المشكلات القائمة بين الأمهات وبين كنية السجلات . وحيث إن المركز الصحي كان به كاتبان ، فقد طلبت سلمى أن تصلوع إثنين من الأمهات لتمثيل دوري الكتاتين . وطلبت من بقية الأمهات أن يمثلن أدوارهن في الواقع . وحركت الأمهات بعض المناضد إلى جوار وتجان أنتن في مكتب السجلات ، وبدأ تمثيل الأدوار على النحو التالي :

الأم الأولى : (تتقدم نحو كالك السجلات) : إني أحتاج إلى بطاقتي ، فطفلي مريض جداً ، ويتقيأ منذ البارحة .

الكاتب الأول : إذا كان الطفل مريضاً بهذه الدرجة ، فلماذا لم تحضره بالأمس ؟ إنتظري ، فسأحضر لك البطاقة (ويخرج الكتاتين من المكتب) .

الأم الثانية : (تتقدم ، فلا ترقى أحداً على مكتبه) ماذا ؟ أما من أحد هنا ؟ إن ابني مريض ولريد بطاقتي .

الكتاتين : (يصبح من خارج حجرة المكتب) ألا تطيقون الانتظار ليأ الناس ؟ إنا نبحت عن بطاقة الأم الأولى .

الأم الثانية : وهل يقتضي الأمر أن يقوم رجلان كبيران بالبحث عن بطاقة صغيرة واحدة ؟ الكاتب الأول : يمكنك العودة إلى بيتك إن لم تستطعي الانتظار .

الأم الأولى : لقد انتظرت بالفعل مدة طويلة جداً . إن الحكومة تدفع لك مرتباً جزئياً . عليك أن تعمل في مقابله . ولت زواجي يتحصل على مثل راتبك .

الكاتب الثاني : ليس ذنبي أنك تزوجت رجلاً فقيراً .

الكاتب الأول : (أخيراً ، يُحضر البطاقة ، وكانت مجرد ورقة صغيرة ألغافها على المائدة بغير اكترات حتى سقطت على الأرض وقال للسيدة) هذه هي ، خذي .

وتستمر التمثيلية على هذا المنوال بعض الوقت مع تقدم عدد من الأمهات للحصول على بطاقتن . وكانت عبارتن شبيهة بتلك التي قالتها الألمان الأوليان . ثم أوقفت الممرضة التمثيلية حتى تتمكن الأمهات من مناقشة مآشاهدهن . ودارت للنقشة على النحو التالي :

مناقشة تثيلية الأدوار

المرضة : هل تسمح الأمهات اللتان قامتا بدوري الكاتين أن نخبرنا ماذا كان شعورهما عند أداء دوري الكاتين .

الكاتب الثاني : لم أكن سعيدة بهذا العمل . فهذه الأم الثانية لم تكن مهذبة . لذلك لم أرحب بالبحث عن عطايتها .

الأم الثانية : ولماذا أكون مهذبة مع هذين الكاتين ؟ أنهما يصغراي سينا ، ويتقاضيان راتباً ضخماً للقيام بهذا العمل .

المرضة : هل يكفي أن تكون مهذبات مع كبار السن وحدهم دون غيرهم ؟

الأم الثالثة : لقد علمتني أمي أن أكون مهذبة مع الناس كافة . وأنت لا تعرفين أين يتجلبعن الناس في هذه الحياة . والأدب مع الناس سيعود عليك بالفائدة .

الأم الأولى : ألا ينبغي للكسبة أن يبدؤوا هم بمعاملتنا بأسلوب مهذب ؟ إن أحداً مهما لم يقل : « صباح الخير » ولا « كيف حال طفلك » ؟

الكاتب الأول : أظن أننا كنا مشغولين ونسباً أن نحكيك ، وما كان لك أن توجهي إلينا الإهانة ، لقد أوحى موقفك بأننا أحمقان عندما لم نصر على البطاقة بسرعة ؟

الأم الرابعة : أعتقد أنكم جميعاً كنتم حينئذٍ بعضكم بعضاً . واعتقد أننا يمكن أن نتصرف بطريقة أفضل من ذلك . فإن انتظرنا أن يبدأ الآخرون بالمعاملة الحسنة ، فربما يطول انتظارنا . وعلينا أن نحاول أن نكون وودات ومهذبات . ولعلنا بذلك نلّفن الكسبة درساً في كيفية التعامل مع الناس .

المرضة : مارأيك في هذا القول الأخير ؟

أومأت الأمهات برؤوسهن للدلالة على الموافقة ، وقال بعضهن « نعم ، هذا صحيح » .

ومع استمرار النقاش ، وافقت الأمهات على أن يكن أكثر تهذيباً مع الكسبة ، حتى لو لم يبدؤهم بالكلام المهذب .

وأعادت الأمهات التثيلية حيث قامت بها متطلبات أخريات . ونحسنت الأمور في هذه التثيلية الأخيرة عندما حاولت الأمهات أن يكن مهذبات .

وبقيت هناك مسألة أخرى . قالت الأمهات إن الكسبة قد بدلوا في سوء التصرف منذ سنين عدة . ولهذا صارت الأمهات ، أيضاً ، أكثر عسونة . وأردن أن يقوم أحد الأشخاص بالحدث مع الكسبة في شأن هذه المشكلة . ووافقت الممرضة أن تقوم هي بهذه المهمة ، وأن تقابل الكاتين .

وقررت الأمهات أن ينتظرن حتى الاجتماع القادم قبل مناقشة المشكلات مع الصيادلة والمرضات .
فإن حدث تحسن بينهن وبين الكتيبة ، فسوف يحاولون حل المشكلات الأخرى .

وأوفت الممرضة بهما وقابلت الكاتين . ولم تجرهما ، على الفور ، عن مشاعر الأمهات ،
فرما أثار ذلك غضبهما . فحدثتهما ببساطة عن أعمالهما . وسألتهما : « هل أنتما راضيان عن
أعمالكما ؟ » ، « ما الذي نحتاجه في هذه الأعمال ؟ » « ماهي المشكلات التي تواجهكما ؟ » .



من خلال تمثيل الأدوار ، يمكن تصوير أنواع السلوك الإيجابي والسلبي . وما تحدثه من
أثر . فعلى سبيل المثال ، يرجع أن يأخذ المرضى أدويةهم بطريقة صحيحة وبشوشة لو تلقوا
شرحاً عنها باهتمام مما لو قدّمت لهم باستهتار وبلابالاة .

وقال الكاتبان إن عملهما لأبأس به بمقارنته بغيره من الأعمال الحكومية ، ولكنهما يعانيان من عدم قدرتهما على الاتفاق على أمرتهما بذلك الراتب الضئيل . واشتكى كل منهما من أن المرضى يطلبون منهما أشياء موق طالتهما . وكان الكاتبان يشعران أن الناس من حولهما لا يحبونهما لأنهما من منطقة غير منطقتهم .

واكتشفت الممرضة كثيراً من الأمور في ذلك اليوم . فقد علمت أن الأمهات والكاتين لم يفهموا بعضهم بعضاً فهماً جيداً . فشلاً ، كانت الأمهات تعتقد أن الكاتين لريان لأنهما موظفان تابعان للحكومة . ويعتقد الكاتبان أن الأمهات لا يعينهما لأنهما قادمان من منطقة أخرى . وسألت الممرضة الكاتين عما إذا كانا يرغبان في القيام بمثل الأدوار وذلك لتعرف كيف يمكنهما أن يعاملا المرضى بطريقة أفضل . ووافق الكاتبان . وافترضت الممرضة أنها أم . وتصرفت بنفس الطريقة التي تصرف بها الأمهات في عملية الأدوار . وطلبت الممرضة من أحد الكاتين أن يتخيل نفسه أمًا . وما أن انتهت العملية والمناقشة حتى تحسن فهم الكاتين للمشكلة . وأدركا أن في إمكانهما أن يصبحا أكثر هدوءاً . وأدركا أيضاً أنه حين تطلق الأم على ابنها المريض ، فإنها أحياناً تنسى أن تتصرف كما ينبغي .

وعندما عقدت الأمهات الاجتماع التالي ، قدمن الشكر إلى الممرضة . وقلن إنهن لاحظن تحسناً هائلاً في سلوك الكاتين . وقالت إحدى الأمهات إنها عندما أصبحت ودية مع الكاتين ، تزوج أحدهما قريبة لها . ومنذ ذلك الوقت أصبحت تدعو ذلك الكاتب وعائلته إلى بيتها . كما أن الكاتين قالا للممرضة أنهما لاحظتا تحسناً هائلاً في معاملة الأمهات لهما .

عن طريق استخدام تمثيل الأدوار role playing ساعدت الممرضة الناس على تغيير مواقفهم ، وعلى تعلم مهارات جديدة في التواصل والتعامل مع الغير . وهكذا غيرت سلوكهم .

إجتمع مع عاملين صحيين آخرين ومع عاملين في تنمية المجتمع وحدودوا معاً مشكلة معينة وقوما بأداء عملية حول هذه المشكلة . وليس من الضروري أن تكون هذه المشكلة مشكلة شخصية لديك . إذ يمكن أن تكون مشكلة عامة في القرية . تعرف على مطوعين للقيام بالأدوار المختلفة . قنوا عدة مرات حتى تعرفوا النحو الذي ينبغي أن يكون عليه تمثيل الأدوار . وبعد التمرين مع مجموعة من الناس المعروفين لديك ، حاول أن تستخدم طريقة التمثيل مع مجموعة من المرضى أو من أفراد المجتمع .

حلقة تدريب جماعي

التخطيط

يلزم تذكر عدة عوامل هامة . فبينما يمكنك بالتأكيد مساعدة الناس على اكتساب مهارات ومعارف جديدة ، فإنك قد لا تحيط بكل ما يريد المشتركون معرفته . ولعلك تحتاج إلى الاستعانة بالأشخاص المرجعيين الذين يتمتعون بمهارات ومعارف خاصة وفي مقدورهم نقلها للآخرين .

ما طول المدة التي يستغرقها تعلم الناس للمهارات الجديدة ؟ لاتنس أن تضع لكل فرد الوقت الكافي لممارسة ما تعلمه . إن بعض برامج التدريب يستغرق بضعة أيام ، وبعضها الآخر يستمر أسبوعاً أو شهراً وربما أكثر من ذلك . وهذا يتوقف على مقدار الاحتياجات المطلوب تعلمها .

لابد أن يكون الوقت مناسباً للمتدربين . هل في إمكانهم أن يحصلوا على أسبوع إجازة من عملهم ؟ وهل في استطاعتهم أن يلتقوا مرة واحدة في الأسبوع ؟ وأيهما أفضل : وقت النهار أم وقت المساء ؟

إبحث عن المكان المناسب بحيث يسع كل المتدربين . وتأكد من أن المكان هادئ وبه تسهيلات لتناول الطعام وقضاء الحاجة والنظافة . إبحث عن المكان الذي يسهل على المتدربين جميعاً الوصول إليه . وربما يكون في إمكانك استخدام المدرسة أو قاعة الاجتماعات المحلية دون أن تدفع في مقابل ذلك أجراً .

وربما تدعو الحاجة إلى بعض المواد التعليمية مثل الملصقات وأجهزة العرض والصور . كذلك يحتاج المتدربون إلى مواد يستخدمونها في ممارسة مهاراتهم الجديدة .

ويجب الحصول على هذه المواد قبل البدء في التدريب بوقت كاف . استخدم المواد التعليمية التي يمكنك أن تصنعها بنفسك كلما أمكن ذلك . حاول أن تعد البرامج التدريبية مستخدماً المواد والموارد المتاحة محلياً .

والآن ماذا عن وسائل الانتقال والسكن ؟ فهل هي مطلوبة لحلقتك التدريبية هذه بالذات ؟ إبحث عن أشخاص مستعدين لنقل وإسكان من تدريهم .

وإذا احتاجت الحلقة لبعض المال فربما أسهم المدربون أو الهيئات المحلية في تدبيره .
وينبغي أن تحفظ حسابات الأموال الواردة للبرنامج بدقة وعناية حتى يكون واضحاً من أين جاءت وفي أي شيء أنفقت . تذكر أن الناس سوف يسرهم أن يقدموا اسهامات جديدة في المستقبل إذا ما قدمنا لهم الشكر على ما أسهموا به . وعلى أية حال يجب عليك أن تعرب عن تقديرك وشكرك للدعم الذي تتلقاه .

إدارة الحلقة التدريبية

أعز اهتمامك للعلاقات الإجتماعية ، وذلك بأن تتأكد من أن كلا من المدربين والمدرسين يعرفون بعضهم البعض ومن ثم سيعملون معاً على نحو أفضل .

استعرض مع المدربين الأهداف والأنشطة المقترحة في مستهل حلقة التدريب . فهذه فكرة طيبة حتى لو كنت قد أشركهم في التخطيط . وتأكد من أن الخطوة مقبولة وأطلب منهم أن يقترحوا ما يرونه من تعديل . وإن سمح لك الوقت والإمكانات الأخرى ، أجر التعديلات التي يرغبون فيها ، ولكن تأكد من أنهم جميعاً يوافقون على هذه التعديلات .

وللتشجيع على المشاركة لابد من أن تكون الكلمة الأولى في سير التدريب للمدربين ، وأن يظهروا مهاراتهم ، ويسهموا بأفكارهم وخبراتهم ، ويقدموا اقتراحاتهم لتحسين البرنامج وذلك في جميع مراحله .

ويجب أن يكون برنامج التدريب مرناً . وهذا يعني أن يكون المدربون على استعداد لإجراء تعديلات عليه في أي وقت ضماناً لنجاح البرنامج .

تقسيم التدريب

يجري التقييم طوال البرنامج . وفيما يلي أسئلة تساعدك على التفكير في طريقة تقييم البرنامج :

- أثناء جلسات التدريب : هل يسر كل من تعلم المهارات وتوفير الموارد كما كان مُخططاً له ؟
- في نهاية البرنامج : هل يستطيع جميع المدربين ممارسة المهارات التي تعلموها ؟

- بعد التدريب : هل المدربون قادرون على استخدام المهارات الجديدة في المجتمع المحلي ؟
- هل حدث تغيير في السلوك الصحي لأفراد المجتمع ؟

فكر في برامج التدريب التي حضرتها . هل كان لكل هذه البرامج أهداف تطبيقية واضحة ؟ هل اشتركت دائماً في تحديد احتياجات التدريب ؟ هل سمحت لك المواد والأساليب التطبيقية المستخدمة بالحصول على مزيد من الخبرة عن المهارات الجديدة ؟ ماهي المشاكل التي تعتقد أن منظمي التدريب قد واجهوها ؟

ماهو أحسن برنامج تدريبي حضرته ؟ ما الذي جعله كذلك ؟ وماهو أسوأ برنامج تدريبي حضرته ؟ ولماذا كان سيئاً ؟ ما الذي كان في الإمكان عمله لتحسينه ؟



نحب أن نطبق في برامج التدريب نفس الطرائق التي يُتوقع من العاملين بالرعاية الصحية استخدامها فيما بعد على صعيد المجتمع . إن عرض المشكلة بوضوح ، وإسهام المشتركين في مناقشة الأفكار والمقالات ، واقتراح الحلول الواقعية - كلها تؤدي إلى حُسن المشاركة والعمل .

الفريق الصحي

ما هو الفريق ؟

الفريق team هو نوع خاص من الجماعات ، له غرض أو هدف شأنه في ذلك شأن الجماعات الأخرى . ولكل عضو من أعضاء الفريق مهارات ومسؤوليات خاصة . ومن الضروري أن يعمل كل أعضاء الفريق معاً وان يتعاونوا إذا ما أُريد للفريق أن ينجز في أداء مهامه .

ومن أمثلة الفرق فريق كرة القدم . فلكل من الأحد عشر لاعباً مسؤوليته عن جزء معين من أجزاء الملعب . وما لم يحسن كل لاعب على حدة الاضطلاع بمسؤوليته فيحتمل أن لا يبرز الفريق أي هدف . فليس هناك عضو من أعضاء الفريق أكثر أهمية من الأعضاء الآخرين .

صحيح أن رجلاً واحداً هو الذي يركل الكرة في داخل المرمى ، لكن لو أن الأعضاء الآخرين لم يقوموا بدورهم ، لما منحت الفرصة لهذا الرجل لتسجيل الهدف .

أعضاء الفريق الصحي

إن هدف أو غرض الفريق الصحي هو المحافظة على صحة المجتمع الذي يقوم هذا الفريق على خدمته وتحسينها . ولتحقيق هذا الهدف ، يتكون الفريق الصحي من أعضاء مختلفين مُدْرِبِينَ على مهارات خاصة . ففكر في هيئة العاملين في المركز الصحي ، أو في المستوصف أو العيادة المحلية ، فقد تتكون من : ممرضات ، ومفتشي صحة عامة ومساعدين صحيين وكتبة سجلات وصيادلة وقابلات ومعاونين طبيين وعمال صيانة . ويجب أن يعمل كل هؤلاء الأشخاص معاً لضمان وصول الرعاية الصحية إلى أفراد المجتمع .

إن الطبيب ، بطبيعة الحال عضو من أعضاء الفريق الصحي ، ولكن ليس في كل من المراكز الصحية أو العيادات طبيب متفرغ . فكثير منها لا يزورها الطبيب إلا مرة في الأسبوع أو في الشهر . والمرضى الذين لا يمكن معالجتهم في المركز الصحي يحالون إلى أقرب مستشفى حيث يكون الفريق الصحي بها أكبر عدداً وربما يتكون من : أطباء وممرضات وقابلات وفني مختبر وفني أشعة ومعاوني مستشفى .

وأما المستشفيات الأكبر حجماً من ذلك فقد يكون من بين العاملين فيها أيضاً : أطباء أسنان ، واختصاصيو علاج طبيعي ، وصيادلة واختصاصيو تنقيف صحي ، وإداريون ، وباحثون إجتماعيون .

مسؤوليات أعضاء الفريق الصحية

لننظر في مثال لبرنامج صحة الطفل في المركز الصحي المحلي . إن هيئة الممرضات تفحص الأطفال المعافين والأطفال المرضى على السواء لتطلع على حالة نموهم . والممرضات يعالجن بعض الأطفال المرضى ويحولون البعض الآخر إلى الأطباء . ويقدمن الخدمات الوقائية مثل التطعيم . ويقدمن الصيدالة الأدوية للأطفال المرضى ويحتفظون بإمدادات من اللقاحات للوقاية من الأمراض .

أما القابلات فيعملن على مجيء الأطفال إلى هذا العالم أصحاء ، عن طريق رعاية الحوامل والتوليد الآمن . وبعد ذلك تتابع القابلات الأطفال منذ بدء نموهم . وأما كتبة السجلات فيحفظون السجلات في انتظام حتى يمكن الاطلاع بسهولة ويسر على بيان التاريخ الصحي للأطفال ومدى تقدمهم .

ولابد أن تكون البيئة التي يعيش فيها الأطفال صحية . ولذلك فمن خلال الزيارات المنزلية والمشروعات المجتمعية ، يعمل مفتش الصحة العامة على صيانة البيئة الصحية في المجتمع . أما عمال الصيانة في المركز الصحي أو في العيادة فهم ملزمون بأن يكون المكان نظيفاً ولائقاً لاستقبال الزائرين .

وما هذه المسؤوليات التي ذكرناها إلا قليل من كثير مما يضطلع به كل عضو من أعضاء الفريق الصحي . وجميعها مهمة لتحسين صحة الطفل . والوضع مماثل في أي برنامج صحي .

قيادة الفريق والتعاون بين أعضائه

الفرق شأنها شأن الجماعات الرسمية لها قادة أو رؤاد . ومع هذا فهؤلاء القادة لا ينتخبون ، ولا يرثون مناصبهم . وقد يتغير القائد من وقت إلى آخر . وهذا يتوقف على طبيعة المشروع .

وفيما يتعلق بالعمل الإداري المتعدد للفريق الصحي ، فإن قدامى المرضات أو موظفي صحة البيئة ذوي الخبرة هم الذين ينظمون أعمال الفريق الصحي في المركز الصحي . أما إذا وُجد طبيب فهو الذي يضطلع عادة بهذه المسؤولية .

ويتوقف نوع القيادة في المشروع على طبيعة ذلك المشروع . فإذا كان المشروع يهتم في المقام الأول بصحة الحوامل ، فمن الطبيعي أن تتولى القابلة أو الممرضة قيادة وتوجيه جهود الفريق . وأما إذا كان المشروع يختص بصحة البيئة ، فإن من يتولى القيادة فيه هو المراقب الصحي ، أو المفتش الصحي أو الملاحظ الصحي .

إن كل ما ذكرناه حتى الآن عن المشاركة في تحمل المسؤوليات والتعاون يدخل في نطاق المثاليات . فالفريق الصحي لا يعمل دائماً بطريقة مثالية . وبينما يلعب فريق كرة القدم متحداً دائماً ، فإن أعضاء الفريق الصحي أحياناً يميلون إلى العمل منفردين . ويكون الأمر مؤسفاً حقاً حين لا يشاركون بعضهم البعض في الخبرات ولا يطلبون الدعم من أعضاء الفريق الآخرين .

لذلك يمكن الاستعانة بطرائق التثقيف الصحي ومهاراتها في الحث على تحسين العمل ضمن الفريق الصحي . فعلى كل عضو من أعضاء الفريق أن يحاول إقامة علاقات واتصالات طيبة مع غيره من أعضاء الفريق . وعندما تكون هناك مشروعات لا بد من تنفيذها ، يجب إيجاد السبل التي تؤمن مشاركة وإسهام جميع أعضاء الفريق كل بخبرته الخاصة .

فجماعات المناقشة والإجتماعات (انظر القسم التالي عن إدارة الإجتماعات) ، هي طرائق تفيد في مساعدة الفريق الصحي على إعداد البرامج وتقييمها . ومن خلال الإجتماعات المنتظمة يمكن تقييم مدى تقدم العمل وتنمية العلاقات بين الأعضاء ، والتعرف على المشكلات الجديدة وحلها .

عندما يجتمع الفريق ، لاحظ سلوك الأعضاء ، بما في ذلك سلوكك أنت . هل يفضي هذا السلوك إلى تكوين جماعة فعالة وناجحة ؟ تذكر اللجنة الاتحادية الصحية ولجنة التقدم الصحي اللتين تحدثنا عنهما في الصفحات ١٢٥ - ١٢٧ .

فإن عمل الفريق الصحي بنفس الأسلوب الذي عملت به اللجنة الاتحادية ، فلن يحقق هدفه في تحسين صحة المجتمع ، وفي مقدور مهارات التثقيف الصحي أن تُحسّن

على إيجاد سلوك ناضج لدى أفراد الجماعة مثل ذلك السلوك الذي كان يتحل به أعضاء لجنة التقدم الصحي .

واجبات أعضاء الفريق الصحي في مجال التثقيف الصحي

يتيح الفريق الصحي فرصة مناسبة يستطيع الأعضاء فيها أن يعملوا معا من أجل تحسين مهاراتهم في مجال التثقيف الصحي . ويمكن لهذه المهارات أن تساعد على تحسين نوعية عمل الفريق . ولابد من استخدام هذه المهارات كذلك عندما يقوم الفريق بتنفيذ أي برنامج . وأثناء إجتماعات الفريق يمكن للأعضاء أن يتفقوا على من يتولى مسؤولية كل جانب من جوانب التثقيف الصحي .

ففي برنامج صحة الطفل ، يمكن للممرضات أن ينظمن برامج للجماعات غير الرسمية خاصة بالأمهات اللاتي يترددن على العيادة . كما يمكن تقديم المشورة على أساس فردي للأمهات والأطفال ذوي المشكلات . ويمكن لموظفي صحة البيئة أن ينظمو إجتماعات ومشروعات مجتمعية . أما الصيادلة فيمكنهم تثقيف المرضى فيما يتعلق بالأدوية الموصوفة لهم حتى يمكنهم تناولها بطريقة صحيحة .

لنذكر في أنشطة تثقيفية أخرى يمكن أن تناسب كل عضو من أعضاء الفريق الصحي .

إفترض أنك تنظم برنامجاً صحياً لكل فئة من هذه الفئات في مجتمعتك : (١) صغار الشباب ، (٢) وكبار السن (٣) والمزارعين . وماهي المسؤولية الموقوفة لكل عضو من أعضاء الفريق الصحي في كل من هذه البرامج ؟ وماهي الواجبات الصحية الموقوفة من كل عضو ؟ كيف يمكن إشراك العاملين الآخرين في تنمية المجتمع في مثل هذه البرامج^(١) .

الإجتماعات

تمة نشاط يشترك فيه معظم الجماعات التي سبق وصفها في هذا الفصل ، هو عقد الإجتماعات لمناقشة المشاكل وحلها . ويتناول هذا القسم مايلزم لإدارة الإجتماعات الناجحة .

(١) أظهر أيضاً : لو كنت المسؤول ، دليل إدارة الرعاية الصحية الأولية في المستوى المتوسط ، للكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية ، الإسكندرية ، ١٩٨٩ .

توجد أنواع مختلفة من الاجتماعات . بعضها يشتمل على مشاركة عامة في المناقشة وفي اتخاذ القرارات (مثل اجتماعات اللجان ، وإجتماعات المجالس ، والإجتماعات العامة بشأن موضوع يهم المجتمع) . والبعض الآخر يضم عدداً قليلاً من المتحدثين يخاطبون جمهوراً كبيراً لا يشارك في الحديث مثل الاجتماع السنوي لأي جمعية أو مؤسسة . وفي مجال التدقيق الصحي يهمننا النوع الأول من الاجتماعات .

الغرض

تُعقد الاجتماعات بهدف جمع المعلومات وتبادل الأفكار واتخاذ القرارات ووضع الخطط لحل المشكلات . ويختلف أسلوب الاجتماعات عن أسلوب المناقشات الجماعية . فالمناقشة الجماعية مناقشة حرة وغير رسمية . وأما الاجتماعات فإنها تُعقد لنوع خاص وهي أكثر تنظيماً ، إذ يديرها رؤساء معينون منتخبون . والاجتماعات جزء هام من مشروعات العون الذاتي الناجحة .



توجد أنواع كثيرة من الاجتماعات . فيمكن أن تجتمع مجموعة صغيرة من أصحاب الرأي في المجتمع لتناقش المشكلات الصحية وتتخذ القرارات بشأنها . كما يمكن أن يجتمع أفراد المجتمع المحلي بأكمله ليطرحوا على مشكلة صحية ويعبروا عن آرائهم بصوتها . وكل نوع من أنواع الاجتماعات يتطلب أسلوباً خاصاً به .

حجم الجماعة

في الإجتاعات التي تعقدها المنظمات أو الجمعيات ، قد يجتمع من ٢٠ إلى ٥٠ شخصاً . وقد يعقد رواد المجتمع إجتماعات صغيرة يتخذ أثناءها من ٥ إلى ١٠ أشخاص القرارات حول احتياجات المجتمع . ومن ناحية أخرى قد يشترك أفراد المجتمع المحلي كلهم في إجتماع للتعرف على مشكلاتهم وللتعبير عن آرائهم .

تنظيم الاجتماع

مدى الحاجة إلى الاجتماع

من الضروري أن يرى أعضاء المنظمة أو المجتمع حاجة إلى عقد الاجتماع . هل تقتضي المشكلة عقد اجتماع ، أم يكفي أن يبحثوا عضو أو عضوان ؟ ويجب أن يتخذ أعضاء الجماعة أو رواد المجتمع أنفسهم قرار عقد الاجتماع .

الوقت والمكان

كثير من الجماعات المنظمة لديها أوقات وأماكن محددة لعقد إجتماعاتها . فقد يجتمع رؤساء القرية مرة كل أسبوع في بيت العملة . وقد يجتمع مجلس الحي شهرياً في قاعة إجتماعات المجتمع المحلي . وقد تجتمع نقابة الخياطين مرة كل شهرين في مدرسة أو مسجد .

استفد من الاجتماعات التي تعقد بانتظام لحل المشكلات ووضع خطط العمل . وإذا اقتضى الأمر عقد اجتماع خاص ، فدع رؤساء الجماعة يحددون الوقت والمكان المناسبين للجميع .

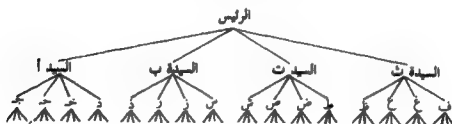
الإعلان عن الإجتماع

لكل جماعة أو منظمة طريقة خاصة لإبلاغ أعضائها كل ما يتعلق بالإجتماعات وموعد ومكان إنعقادها . ويكون ذلك إما عن طريق الملصقات أو منادي البلدة أو بالمشافهة . ولا بد أن تقوم الجماعة بنفسها بالإعلان عن الاجتماع .

والمشافهة هي أفضل طريقة للإعلان عن الاجتماع في القرية أو في الحى ، إذ يمكن أن يقوم الرئيس بإبلاغ من يعملون بالحاجة إلى الاجتماع . ثم يقوم هؤلاء بنشر دعوة الرئيس على إناس آخرين يقومون بدورهم بنقلها إلى أصدقائهم ومعارفهم وهلم جرا . ويمكن أن ينتشر الإعلان بطريقة أسرع وأضمن إذا وُضع نظام يسهل التوصيل أو التبليغ . ويتمثل هذا النظام في أن يسند إلى كل عضو في الجماعة مسؤولية تبليغ الدعوة إلى مجموعة محددة من الناس . وفيما يلي الطريقة التي يسير عليها هذا النظام :

يتصل الرئيس بأربعة أو خمسة أشخاص ليعلن عن عقد الاجتماع . ويعرف كل من هؤلاء الأشخاص أسماء خمسة أشخاص آخرين يتصلون بهم لتبليغهم بالإعلان . ويقوم هؤلاء الأشخاص بدورهم بالاتصال بأشخاص آخرين .

وإحدى طرق القيام بذلك هي النظر إلى القطاعات المختلفة للقرية أو الحى ولابد أن يكون في كل قطاع شخص يبدأ الرئيس بالاتصال به . فإن كان السيد أ متغيبا عندما يريد الرئيس الاتصال به فيمكن أن يحل محله السيد ح .



ويجب الإعلان عن موعد الاجتماع قبل انعقاده بعدة أيام ليتاح الوقت للناس للاستعداد له . ولكن يجب ألا يعلن عن الاجتماع قبل مواعده بوقت طويل ، إذ قد ينساه الناس .

إعداد جدول الأعمال

إن جدول الأعمال هو قائمة بالموضوعات أو المسائل التي ستناقش في الاجتماع . ويجب إعداد جدول الأعمال بعناية . فالتناس يفتر حماسهم واهتمامهم إذا حضروا اجتماعاً لا يعرفون ماذا سيحدث فيه .

فإذا كان للجماعة رؤساء بالفعل ، قابلهم قبل الاجتماع بعدة أيام . وناقش معهم جدول الأعمال . وقد تكون هناك مسائل متبقية من الاجتماع السابق ينبغي مناقشتها أولاً . وقد تكون هناك موضوعات جديدة يجب إضافتها . ويجب أن لا يكون جدول الأعمال مطولاً . فمن الناحية المثالية يجب أن يتضمن جدول الأعمال موضوعاً واحداً أو موضوعين هامين . فالجدول المطول يعني اجتماعاً مطولاً . وبعد ساعة من الزمان يبدأ الناس في الشعور بالتعب . وبعد ساعتين يملأون في الانصراف . وإذا إنصرف الناس قبل الانتهاء من العمل ، فربما يتعذر على الجماعة حل مشكلاتها .

كما أن جدول الأعمال المطول من شأنه أن يجبر الناس على إتخاذ قرارات متعجلة يتدومون عليها فيما بعد . وعندما يتم الاتفاق على جدول الأعمال ، أنظر إلى موضوعاته . ماهي المعلومات التي تحتاجها الجماعة لتتمكن من مناقشة تلك الموضوعات بدقة ؟ فإن أرادت جمعية تعاونية للمزارعين أن تجتمع لمناقشة طرق تحسين حاصلاتهم ، فهم في حاجة إلى معلومات عن أنواع السُّخَّبات ، وأسعارها وآثارها . ويجب أن تطوع بعض رؤساء الجماعة لتوفير هذه المعلومات ، وبمكثك أن ترشدكم إلى المكان الذي يحصلون منه عليها . ولا تقم بالعمل كله بمفردك . فمن المفيد للناس أن يتعلموا كيف يبحثون عن المعلومات والإمكانات اللازمة .

وعندما يتم الإعلان عن الاجتماع ، أطلع الناس بإيجاز على موضوعات جدول الأعمال . فذلك يُمكنهم من الإستعداد للاجتماع . ويمكن أن يبحث الناس عن المعلومات بأنفسهم . كما يمكنهم البدء في التفكير في آراء يطرحونها في الاجتماع .

إدارة الاجتماع

رئاسة الاجتماع

لحظم المنظمات والجمعيات والمجالس رؤساء معينون أو منتخبون . وهؤلاء الرؤساء هم المسؤولون عن الاجتماع . وعليك أن تقدم لهم التشجيع والمقترحات أثناء إعداد جدول الأعمال .

كذلك عليك أن تتحدث عندما يطلب منك الرؤساء الحديث ، وأن تقدم ماتراه مناسباً من التعليقات بين وقت وآخر . وتأكد من أن أعضاء الجماعة الآخرين لديهم فرصة للتعبير عن آرائهم على الوجه الأكمل .

المشاركة

تعتمد المشاركة في أعمال الاجتماع على ثقافة المجتمع . ففي بعض الأماكن يقوم الرؤساء بمعظم الحديث ، وفي أماكن أخرى يتحدث كل الأعضاء في الاجتماع . شجع على المشاركة التي يتقبلها الناس . ويمكنك أن تعقب ببعض التعليقات لتشجع مزيداً من الناس على التحدث :

- « من المفيد لنا أن نستمع إلى المزيد عن مشكلة الفيضان من الأشخاص الذين يعيشون بالقرب من النهر » .
- « إن مشكلة الكلاب التي عقرت الأطفال تؤرقنا . وإنى لعل يقين من أن أولئك الناس الذين لديهم أطفال صغار لابد أن يكون لديهم بعض الخبرات التي يمكن أن يقدموها لنا » ؟

توضيح المسائل

قبل أن يتمكن الاجتماع من الوصول إلى قرارات حكيمة ، يجب أن يفهم الجميع المشكلات والحلول المقترحة لها . وبما يساعد على ذلك طرح بعض الأسئلة مثل :

- « هل كل على بينة مما سيتطلبه هذا المشروع من مال ؟ »
- « هل يريد أي منكم أن تُعيد شرح كيفية إجراء التعليم ؟ »
- « هل كل منكم مدرك للمسؤولية الملقاة على عاتق المجتمع ، وعلى الهيئة المنفذة للمشروع ؟ »

الوصول إلى القرارات

فيما يلي أربع سبل يمكن بها إتخاذ القرارات في الاجتماع :

- أن تناقش الجماعة بأكملها المسألة ، وفي وقت لاحق يقول الرئيس أو أحد الأعضاء « أعتقد أننا جميعاً موافقون على إتخاذ هذا الإجراء ، هل ترون جميعاً ذلك ؟ » وفي هذه اللحظة يستطيع أي شخص أن يعترض ، وإذا كانت هناك اعتراضات فإن المناقشة تستمر حتى يتحقق الاتفاق النهائي ، وتسمى هذه الطريقة إتخاذ القرارات باتفاق الآراء .

- ينصت الرئيس بانتباه ، وعندما يشعر أن الجميع متفقون يعلن القرار .
- يمكن أن تطرح المسألة أمام الجماعة ، ويُطلب من الأعضاء أن يُصوّتوا بالقبول أو الرفض ، ويُتخذ القرار وفقاً لأغلبية الأصوات ، أي أن القرار يُتخذ بمقتضى الفكرة التي يفضلها أكبر عدد من الناس .
- يمكن أن يتخذ الرئيس القرار بمفرده وفقاً لما يعتقد أنه الأفضل ، ويعلن أن قراره يمثل رأي الجماعة بأكملها .

والأسلوبان الأولان متشابهان إلى حد كبير . ففي كليهما لا يُتخذ القرار إلا بعد توافر الاتفاق العام لدى الجماعة . وقد يستغرق ذلك وقتاً أطول مما تستغرقه طريقة التصويت وطريقة إتخاذ الرئيس القرار بنفسه نيابة عن الجماعة ، إلا أن الأسلوبين الأولين يشجعان على المشاركة . وعندما يكون كل الناس على اتفاق ، يُرجح أن يشرع الناس في العمل الفعلي بعد إتخاذ القرار . ومن الحكمة تدوين مايم الاتفاق عليه في الاجتماع حتى لا ينساه الناس .

الشروع في العمل

إن غرض الاجتماع هو الإتفاق على خطط تساعد على حل مشكلة الجماعة أو المجتمع . أنظر الفصل الثالث فيما يتعلق بالأفكار الخاصة بالتخطيط . وباختصار فانه يتوجب على الجماعة أن :

- تحدد الأهداف (أي النتائج المنشودة) .
- تضع الإستراتيجيات (أي طرق حل المشكلات) .
- تبحث عن الموارد اللازمة .
- تضع جدولاً زمنياً للأعمال .
- تُسند المهام إلى الأعضاء فرادى أو إلى جماعات صغيرة من الأعضاء (اللجان) .
- تجتمع بانتظام لمراجعة مدى التقدم الذي يتحقق ، وتجري التحسينات أو التغييرات اللازمة على الخطة حسبما يكون ضرورياً .



يمكن أن تتوصل الجماعة إلى قرار بطرق شتى . فبعض الجماعات يميل فيها الرئيس إلى إتخاذ القرار . وبعض الجماعات الأخرى تتوصل إلى إتفاق الآراء أو إلى الموافقة الجماعية . وعندما يتفق كل الأفراد على القرار فإن من الأرجح أن يشرعوا في العمل على تنفيذه وذلك على عكس ما لو كان شخص واحد أو قلة من الأشخاص هم الذين إتخذوا القرار وحدهم .

فكر في الاجتماعات التي حضرتها ، هل كانت اجتماعات للعاملين في هيئتك ، أو اجتماعات للمجتمع المحلي أو اجتماعات لعدة منظمات . لماذا كان مصير بعض الاجتماعات النجاح ؟ لماذا صادف بعضها الآخر مشكلات ؟ ما الذي فعله الرؤساء ليسير الاجتماع على مايرام ؟ هل أثار الرؤساء أية متاعب ؟ ولماذا كان ذلك ؟ ماهي الطرق المختلفة التي إتخذت بها الجماعة قراراتها ؟ ماذا حدث عندما لم يكن الناس سعداء بالقرارات المتخذة ؟

لعبة تثقيفية بشأن إتخاذ القرارات

هذه لعبة game بسيطة يمكنك إستخدامها لتعلم الناس كيفية إتخاذ القرارات . وهي لا تحتاج لأية أدوات . إنها تحتاج إلى عشرين شخصاً أو أكثر . وإذا توافر أقل من خمسة عشر شخصاً ، فعليك أن تقسم الحاضرين إلى مجموعتين بدلاً من ثلاث مجموعات صغيرة ، محتفظاً « بالمجموعة رقم ١ » مع اختيار « المجموعة رقم ٢ » أو « المجموعة رقم ٣ » على النحو المبين أدناه :

قسم الجماعة إلى ثلاث مجموعات متساوية العدد

أطلب من كل مجموعة أن تختار رئيساً لها . وضّح للمجموعات أن عليها أن تحدد المشكلة الأهم في المجتمع .

اجتمع بالرؤساء على أفراد أولاً

قل لرئيس المجموعة رقم ١ أن عليه أن يشجع مجموعته على إتخاذ القرار باتفاق الآراء consensus . اشرح بدقة ماهو اتفاق الآراء . وقل لرئيس المجموعة رقم ٢ أن عليه أن يجبر مجموعته على الموافقة على أي قرار يتخذه بنفسه ، بينما على رئيس المجموعة رقم ٣ أن يطلب من مجموعته أن تُصوّت على الاقتراحات المختلفة المطروحة بشأن تحديد المشكلة الأهم في المجتمع .

دع كل مجموعة تجتمع

تأكد من وجود مكان متسع يسمح لكل مجموعة بكامل أعضائها أن تجتمع على حدة بحيث لا تُزعج المجموعتين الأخريين .

اصبح بالوقت الكافي للمداولة

قد يستغرق إتخاذ القرار عدة ساعات . ويمكنك أن تطلب من المجموعات الثلاث أن تقدم لك قرارها في اليوم التالي .

اجمع المجموعات الثلاث مرة أخرى

بعد أن تتوصل المجموعات إلى قرار أطلب من أحد أعضاء كل مجموعة أن يشرح كيف توصلت مجموعته إلى قرارها ، ثم أطلب من عدة أشخاص أن يعبروا عن آرائهم ومشاعرهم . وقد تجد بين أعضاء المجموعتين ٢ و ٣ من هم غير سعداء أو من هم غاضبون لأن قرار المجموعة كان يتعارض مع آرائهم .

أطلب من المجموعات الثلاث أن تذكر ما تعلمته

سألها عما إذا كانت تشعر بأن ما تعلمته سيحسن من طريقة عملها مع بعضها البعض في المستقبل ، وإذا كان الأمر كذلك فعل أي صورة سيكون التحسن .

التثقيف الصحي للمجتمعات

إن تمكين المجتمعات من إكتساب المهارات اللازمة للحفاظ على الصحة وتحسينها هدف أساسي من أهداف التثقيف الصحي .

فمن خلال مشاركة المجتمع ، يقوم المتخصصون وغير المتخصصين على السواء بدراسة المشكلات الصحية وتجميع معارفهم وخبراتهم وإيجاد الطرق والوسائل الكفيلة بحل تلك المشكلات . أما دورنا فهو مساعدة المجتمع على تنظيم نفسه حتى يتحقق التعلم ومن ثم العمل .

ونناقش هذا الفصل :

- ماهو المجتمع (الصفحات ١٩٦ - ١٩٨) .
- متى تدعو الحاجة إلى تثقيف المجتمع صحياً (الصفحتان ١٩٨ - ١٩٩) .
- إشراك أصحاب الرأي في المجتمع (الصفحتان ١٩٩ - ٢٠١) .
- دور المنظمات المحلية (الصفحات ٢٠١ - ٢٠٥) .
- اللجنة الصحية للمجتمع (الصفحات ٢٠٥ - ٢٠٩) .
- المجالس الاستشارية والتخطيطية (الصفحات ٢١٠ - ٢١٢) .
- جماعات التنسيق بين القطاعات (الصفحتان ٢١٢ - ٢١٣) .
- تنظيم حملة صحية (الصفحات ٢١٣ - ٢١٥) .
- أعياد المجتمع واحتفالاته (الصفحتان ٢١٦ - ٢١٧) .
- إستثمار (تعبئة) موارد المجتمع اللازمة للمشروع (الصفحات ٢١٨ - ٢٢٠) .
- تنمية روح المشاركة لدى الناس (الصفحتان ٢٢٠ - ٢٢١) .
- دور عامل صحة المجتمع (الصفحتان ٢٢٢ - ٢٢٤) .

إن الجمع بين العاملين في قطاعات مختلفة مثل التعليم والزراعة والصناعة وتخطيط المدن ، إلخ .. لإيجاد حلول لمشكلاتهم - بإرشاد وتوجيه من قبل العاملين الصحيين والعاملين في تنمية المجتمع - هو الطريق الوحيد الكفيل بتحسين الصحة والارتقاء بها .

ما هو المجتمع ؟

الناس الذين يشاركون نفس الاهتمامات ويشعرون بأنهم ينتمون بعضهم إلى بعض يشكلون مجتمعا . ففي المجتمع يشترك الناس عادة في قيم واحدة ، وفي تاريخ واحد (أو خلفية واحدة) ، ويتقبلون بعض السلوكيات باعتبارها السلوكيات السوية لجميع أفراد المجتمع . كذلك فإن الناس الذين ينتمون إلى نفس الديانة أو الدين لديهم معتقدات سياسية واحدة يمكن أن نطلق عليهم وصف المجتمع .

فالمجتمع إذن لا يعني مساحة من الأرض . بل هو شعب لا أرض ، ولكن أعضاء المجتمع غالبا ما يكونون قادرين على تبيان حدود الأرض التي تخصه .

ويمكننا أن نأخذ قرية صغيرة كمثال يوضح ذلك . فقد تشغل منازل القرية ومزارعها خمسين فدانا من الأرض . ولا يمكننا القول إن الأرض بما فيها من منازل ومزارع هي المجتمع . فيُحتمل أن يكون هناك بعض الأبناء والبنات الذين رحلوا إلى المدن الكبيرة . وربما يكونون قد رزقوا بأبناء وأحفاد هناك . مع ذلك فإنهم لا يزالون يشعرون أنهم أعضاء في مجتمع قريبهم الأصل . والاحتمال الثاني هو أن تكون أرض القرية قد تملكها جماعات لها خلفيات أو أصول مختلفة . عندئذ ربما تؤوي القرية مجتمعين أو أكثر . فـشُعور الناس بأنهم جزء من المجتمع هو شعور بالإنتماء يكنه الناس في عقولهم وأفئدتهم . لذلك لا يجوز النظر إلى الأرض أو إلى الخطوط المرسومة في الخريطة على أنها المجتمع .

تحديد المجتمعات

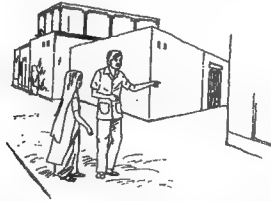
فيما يلي إحدى دراسات الحالات التي تبين لماذا يتوجب علينا أن نحدد بوضوح المجتمعات التي نعمل معها .

السيد حسين معلون صحي يعمل في مستوصف صغير ببلد عشر قرى . وهو يريد أن يزيد من إشراك الناس في توفير الرعاية الصحية لأنفسهم . فيزور جميع القرى ليرى ما إذا كان الناس على

استعداد لتدريب متطوع منهم على الرعاية الصحية الأولية . ويتوقف الرجل عند أول بيت ويطلب من أهله أن يصحبوه إلى أصحاب الرأي في القرية . ويتفق الجميع على المشاركة في البرنامج وإرسال متطوعين لتلقي التدريب . وبعد ذلك بعدة شهور تنفضي المهضة (الكوليرا) في المنطقة المجاورة لهذه القرية . ويلتقي السيد حسين مع عمال صحة المجتمع المتطوعين لمناقشة مآبئهم عمله لحماية الناس . وبعد إبداء العديد من المقترحات ، يعود عمال صحة المجتمع لوضع خطط محددة لحماية قراهم .

وماهي إلا بضعة أسابيع حتى انتشرت المهضة (الكوليرا) في منطقة السيد حسين . وكانت معظم القرى مستعدة لمواجهة الخطر الداهم وذلك بفضل التخطيط المسبق . فوقع عدد قليل من الناس فريسة للمرض ولم يمت أحد إلا في قرية الحسينية ، إذ مات في هذه القرية عشرون شخصاً كانوا جميعاً من الجانب الغربي للقرية . وكان ذلك مثار دهشة الجميع ، لذلك ذهب السيد حسين إلى تلك القرية ليستطلع الأمر .

وعند وصوله إلى القرية التقى بعامل صحة المجتمع واستأذنه في زيارة الناحية التي مات فيها الناس . وتحدث السيد حسين مع المالكات في تلك الناحية ، وتوصل إلى اكتشاف هام . فقد قال هؤلاء الناس إنهم قديموا أصلاً من مكان يبعد حوالي خمسين كيلو متراً . ورغم أنهم يعيشون الآن في الحسينية إلا أنهم لا زالوا يتمسكون بقادتهم واحتفالاتهم وعاداتهم . ولم يعمل هؤلاء الناس عن كتب مع سكان الحسينية الأصليين ، لذلك لم يشاركوا مطلقاً في أي نشاط من أنشطة الرعاية الصحية الأولية الخاصة بالوقاية من المهضة (الكوليرا) . ورغم أن الخريطة تين أن هؤلاء الناس يعيشون في الحسينية إلا أنهم كانوا في الواقع يشكلون مجتمعاً مستقلاً ومتفصلاً .



لا يمكن تحديد المجتمع بمجرد النظر إلى الخطوط الموجودة على الخريطة . بل لابد من السير في الشوارع والطرق والتحدث مع الأهالي لمعرفة حدود مجتمعاتهم في رأيهم . يعتبر المسح الاجتماعي (أنظر الصفحات ٤٤ - ٥٩) وسيلة تقنية تساعدك وأعضاء المجتمع على التوصل إلى مزيد من المعرفة عن يتصون إلى المجتمع ، وماهي الاحتياجات والموارد والثقافة الخاصة بذلك المجتمع .

كيف كان في مقدور السيد حسين أن يتحاشى وقوع هذه المشكلة منذ البداية ؟
ما الخطوات اللازم اتباعها للتأكد من أننا أحسنّا تمهيد المجتمع وأشرناه في العمل ؟

لقد حدثت المشكلة التي جابهها السيد حسين في منطقة ريفية . وسوف يجد العاملون الصحيون في المدن نفس هذا النوع من المشكلات لكن على نطاق أوسع . فالمدن تتألف من عدة مجتمعات . وقد يعيش مجتمع معين بالذات في حي معين تفصله عن الحي المجاور له شوارع أو ترع ، ولكن ذلك لا يحدث في أغلب الأحوال .

أطلب من الأهالي أن يخبروك من هم أفراد المجتمعات والأحياء المختلفة وأين تقع الحدود الفاصلة بينهم في اعتقادهم . عندئذ يمكن إستنفار كل حي على حدة لحل مشكلاته . فإن شعر الناس أنهم يتمتعون بعضهم إلى بعض فسوف تزيد أواصر التعاون والمشاركة بينهم .

متى تدعو الحاجة إلى تثقيف المجتمع صحياً ؟

يمكن أن نحل بعض المشكلات المتصلة بالصحة بواسطة الأفراد وحدهم ، وبعضها الآخر يتطلب تعاون أناس كثيرين . وفيما يلي بعض الأمثلة التي تبين متى يلزم أن تنضاف في جهود المجتمع بأكمله لحل المشكلة .

إن إقامة نظام للتزويد بالمياه النقية يتطلب وقتاً وجهداً علاوة على بعض المواد . ومن غير المحتمل أن يكون في مقدور أي شخص بمفرده أو عائلة بمفردها حفر البئر اللازمة . كذلك إذا اعتمدت القرية على ينبوع أو ينبوعين للحصول على المياه اللازمة لها ، فلن يكون لكل فرد مصدر للمياه خاص به وحده . ففي هذه الحالة ، لابد وأن يتعاون كل فرد في المجتمع في حفر البئر وصيانتها .

وفي بعض القرى يحفظ الناس بكلاب للصيد ، أو للحراسة أو لحماية القطعان . وعادة ما تصول الكلاب وتجول طليقة في القرية ، وهي بذلك قد تنشر داء الكلب . ولحماية المجتمع من داء الكلب ، لابد من أن يتعاون كل من يقتنون كلاباً على تطعيم كلابهم ضد المرض . ولابد أن يصبح كل شخص - حتى من لا يقتني كلباً - معنياً بهذا الأمر .

وفي حالات الطوارئ، مثل الفيضانات قد يفقد عدد كبير من العائلات ما تملكه من طعام وملبس، وتعرض بذلك لمخاطر صحية جديدة. ولابد من أن يجتمع أفراد المجتمع على كلمة واحدة ويتقاسمون مآلديهم حتى يتمكن المجتمع كله من البقاء.

وباختصار، فإن الحاجة تدعو إلى تثقيف المجتمع صحياً عندما نعلم المشكلة كل الناس في المجتمع، وعندما يكون التعاون من قبل الجميع مطلوباً لحل تلك المشكلة.

كيف يمكنك القيام بالتثقيف الصحي على مستوى المجتمع؟ هناك ثلاث نقاط ينبغي أخذها في الحسبان:

- عليك أن تحصل على دعم وتأييد الناس المؤثرين في المجتمع، وهم الذين نسميهم بأصحاب الرأي في المجتمع أو رواد المجتمع.
 - عليك أن تتأكد من أن جميع الناس في المجتمع على علم بالمشكلة، وبأحدث المعلومات عن الخطط والتقدم في العمل. ويجب أن تستخدم جميع قنوات الاتصال المتاحة لهذا الغرض.
 - عليك إشراك أكبر عدد ممكن من الناس حتى يعزز المجتمع بالفعل قدرته على عمل ما يلزم لصحته. ويمكن أن يتحقق ذلك من خلال اللجان الصحية، والمجالس الاستشارية أو التخطيطية، إلخ.
- وسوف نتناول الآن كيف يمكننا العمل على تحقيق هذه الأهداف.

إشراك أصحاب الرأي في المجتمع

من هم أصحاب الرأي في المجتمع؟

في كل قرية أو بلدة يوجد أناس يحترمونهم الآخرون ويحلقونهم. وقد يرجع سبب هذا الاحترام إما لقدرة هؤلاء الناس على القيادة، وإما لبراعتهم في مهنتهم (مثل المزارعين ورجال الأعمال الناجحين)، وإما لسعة خبرتهم، وإما لقدرتهم على العمل بنجاح مع بعض الجماعات مثل النساء أو الشباب. وبعض هؤلاء الناس مشهور: مثل السياسيين ورجال الدين، والبعض الآخر هادئ ورزين. ويرجع سبب احترام الناس له إلى ما يتمتع به من حكمة واقتدار.

وعندما يحترم الناس شخصاً ويقررونه فإنهم عادة ما يلجأون إليه طلباً للنصيحة والمشورة . وعندما يتحدث هؤلاء فلا يسع الآخرين إلا الإنصات لهم . وأولئك الرجال يسمون أصحاب الرأي في المجتمع ذلك لأن سائر الأهالي يقدرون آرائهم وأفكارهم . وعادة ما يكون لأصحاب الرأي في المجتمع أتباع . وليس كل صاحب رأي مبعجلاً ومعتزماً لدى جميع الناس في القرية . فلكل جماعة قادتها وأصحاب الرأي فيها .

تعرف على أصحاب الرأي في المجتمع

بعض أصحاب الرأي opinion leaders يحملون ألقاباً مما يسهل التعرف عليهم . ومن هذه الألقاب ، الشيخ ، والمستشار ، والعمدة ، والقس ، والإمام ، والرئيس .. إلخ . واللقب وحده لا يجعل منهم أصحاب رأي . فعليك أن تتحرى عما إذا كان الشخص صاحب اللقب محبوباً داخل جماعته السياسية ، أو الدينية ، أو الاقتصادية ، أو الإجتماعية . وبعد الحديث مع أعضاء تلك الجماعات ، إذا اكتشفت أن الشخص محبوب ، فيرجح أن يكون من أصحاب الرأي .

وحيث إنه ليس كل أصحاب الرأي يحملون ألقاباً ، فعليك أن تبحث عنهم بسؤال الناس عن يذهبون إليه طلباً للنصح والمشورة في الأمور التي تهمهم (مثل الزراعة ، ورعاية الأطفال ، والأمور الصحية والاحتياجات الأخرى) . وإذا لاحظت أن كثيراً من الناس يذكرون شخصاً معيناً بالأسم ، فأعلم على وجه اليقين أن هذا الشخص من أصحاب الرأي .

العمل مع أصحاب الرأي في المجتمع

زُر أصحاب الرأي opinion leaders في بلدتك . وتبين اهتمامهم فيما يتعلق برفاهة مجتمعهم . فما هي الآراء التي لديهم عن تحسين صحة المجتمع . وأطلب منهم النصح والمشورة . وشاركهم أيضاً أفكارهم واشركهم في أي مشروع محلي . وإن تقبّل أولئك الناس أفكارك عن صحة المجتمع فلعلهم ينقلونها باعتبارها نصحاً وإرشاداً منهم للآخرين . إن لأصحاب الرأي دوراً هاماً في حرض الناس على التمسك بالسلوك الصحي ومساندتهم في الجهود التي يذلونها من أجل ذلك .

ومن الأمور التي عليك أن تتذكرها ، أنه لما كان أصحاب الرأي من كبار السن أو من الشخصيات الهامة في العادة ، فعليك أن تخاطبهم بأسلوب محترم . دعهم يحسون أنك تقدر مكانتهم في المجتمع . فإن لمسوا احترامك لهم ، استمعوا إلى أفكارك باهتمام .

وتتوقف فئة أصحاب الرأي الذين سوف هم بمقابلتهم على نوع البرنامج الذي تقوم به . فإن كان برنامجك عن صحة الطفل ، فعليك بزيارة الجذات اللاتي يؤثرن في عادات تنشئة الأطفال . وإن كانت خطتك هي وضع برنامج للشباب ، فابحث عن رواد الشباب وعن أولئك الذين يخبرهم الشباب ويسمعون كلامهم .

من هم أصحاب الرأي السياسيين والإجتماعيين ورجاءا الذين في قريتك ؟ ومن هم أصحاب الرأي بين الفلاحين والحرفيين ؟ ومن هن صاحبات الرأي بين النساء ؟

دور الهيئات المحلية

تجمع الهيئات المحلية بين الناس ذوي الاحتياجات والمصالح والاهتمامات المتشابهة ، إذ يمكن هؤلاء أن يتشاركوا الأفكار ويشد بعضهم من أزر بعض ويتكافلوا في إقامة المشروعات . لإحرص على البحث عن الهيئات التي تضم النساء والشباب وجميع قطاعات المجتمع الهامة الأخرى .

وتختلف الهيئات المحلية من حيث الحجم ، تبعاً لعدد أصحاب المصالح المتشابهة الراغبين في عضوية تلك الهيئات . فقد يكون هذا العدد عشرة أشخاص أو خمسين وربما زاد على ذلك . وإن كان عدد الأعضاء كبيراً ، فيمكن تقسيمهم إلى لجان . وإن كان عدد الأعضاء حوالي عشرين أو ثلاثين عضواً فهذا يكفي لإقامة مشروع ما ويسمح باشتراك المزيد من الأعضاء .

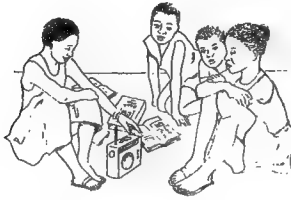
أنواع الهيئات المحلية

فروع الهيئات الوطنية

هناك عدد كبير من الهيئات الوطنية والدولية التي تشجع الناس على إنشاء فروع محلية لها . ومن بينها جمعية الصليب الأحمر وجمعية الهلال الأحمر . وجمعية الكشفية أو المرشدين والمرشدات . ويتصل عمل الكثير من هذه الجماعات اتصالاً مباشراً بتحسين صحة المجتمع وتنميته .

الجمعيات والأندية اهلية

وهذه يمكن أن تشكل وفقاً لاحتياجات الناس واهتماماتهم في مجتمعتك . فيجوز إقامة نادٍ للأمهات داخل عيادة الأطفال دون من المدرسة ، كما يجوز إقامة نادٍ للآباء ليتولى تعليمهم رعاية الطفل واحتياجاته واثركهم في هذه الرعاية . ويمكن أن يكون للأطفال أنفسهم نواد صحية .



الأطفال ل ناديم الصحي

ولقد رأينا في الفصل الخامس ، الصفحات ١٤٩ - ١٥٢ ، كيف أن المرضى بأمراض مزمنة مثل الداء السكري شعروا بأهمية إقامة نادٍ لهم . وفي المدرسة يمكن إنشاء كثير من النوادي التي تختلف باختلاف إهتمامات التلاميذ مثل أندية العلوم والتثقيل . ويمكن الجمع بين آباء الأطفال المعوقين في جمعية ليصلوا إلى أحسن الطرق للتغلب على المشكلات الخاصة بتعليم أبنائهم . كما يمكن أن تقوم جماعة من المواطنين بإنشاء جمعية تناول المشكلات المتصلة بمرض محلي خطير أو تعمل على حماية البيئة .

إنشاء هيئة محلية

تبيين الاحتياجات

أنظر حولك في عيادتك ومدرستك ومجتمعتك . هل هناك أناس لهم اهتمامات واحتياجات خاصة ؟ هل يستطيعون حل مشكلاتهم بطريقة أفضل إن عملوا معاً في جمعية ؟



إذا لم تكن هناك هيئة موجودة بالفعل في المجتمع لمعالجة المشكلة ، فقد نجد من المناسب إنشاء مثل هذه الهيئة . تحدث إلى الناس - ولاسيما إلى أصحاب الرأي في المجتمع - ليتحقق من صلاحية هذه الفكرة . وغالباً ، ما توجد بالفعل هيئة قادرة على توسيع نطاق نشاطها لسد هذه الحاجة .

إثارة الاهتمام

تحدث مع الناس . وتبين منهم ماذا فعلوا لحل مشكلاتهم . هل هم في حاجة إلى مساندة الآخرين وتشجيعهم ؟ إشرح لهم الفائدة أو الغرض من إنشاء جمعية أو نادٍ . وتبين ما إذا كان هؤلاء الناس مستعدين للاجتماع بالآخرين لمناقشة مثل هذه المشروعات معهم .

عقد اجتماع إستطلاعي

ادعُ إلى اجتماع يستطيع الناس فيه استطلاع فكرة من الأفكار ودراستها . واشرح الفكرة من جديد أثناء الاجتماع . وشجع الناس على طرح الأسئلة . وتأكد من أنهم يفهمون الفكرة بوضوح .

لا تفترض الفكرة على الناس بالحاح . فقد يساروهم الشك ولا يريدون روح التعاون إذا بدا لهم أنك تحاول إجبارهم على قبول الفكرة . فهناك أناس ينتابهم دوماً الشك . وقد يوجهون أسئلة مثل ، « هل عليّ أن أدفع مبلغاً من المال في مقابل ما تقترح ؟ » « ومن سيكون المسؤول ؟ » أجب عن كل الأسئلة إجابة كاملة بطريقة مهذبة .

توضيح المسؤوليات

أثناء الاجتماع الاستطلاعي وبعده وضع دائماً للجماعة أو الجمعية أو النادي الذي يقومون بإنشائه هو ناديهم أو جمعيتهم ، وأنهم هم الذين سيتخذون كل القرارات الخاصة بالأنشطة . والغرض من ذلك هو أن الناس عليهم أن ينظموا أنفسهم بصورة أفضل لمساعدة أنفسهم .

إشرح لهم أن دورك هو دور المستشار أو المرشد . وأنتك لست بالقائد . ولا تصدر إليهم أوامر أو توجيهات . فما وجودك بين الناس إلا لمساعدتهم على عمل يريدون هم أن يعملوه .

قرار مباشرة العمل

عند مرحلة معينة أثناء الاجتماع الاستطلاعي الأول ، أو أثناء اجتماعات المتابعة ، يمكن التوصل إلى قرار بإنشاء جماعة رسمية أو عدم انشائها . وهذا هو القرار الذي يجب أن يتخذه الذين يهمهم الأمر بأنفسهم .

ولا تأخذك الدهشة حين يكون رد الفعل إيجابياً لدى معظم الناس نحو المشروع ، وغير إيجابي لدى القلة . فليس كل مصاب بفرط ضغط الدم مستعداً لإشراك الآخرين في مشاكله . وليس كل أب راعياً في الانتاء إلى نادي الآباء .

شجع المهتمين بالأمر على المضي قدماً بما اعتزموه . وعليك بإبلاغ الآخرين بأنهم سوف يلقون كل الترحيب إذا ما فكروا في الانضمام عندما يكون لديهم الوقت وتوافر لهم الاهتمام .

إنشاء هيكل للهيئة

لكي يواصل أحد الأندية أو الجمعيات عمله بنجاح على مرّ الشهور والسنين ، لابد له من هيكل « عام » . وهذا يعني أنه يحتاج إلى قادة ، وغرض محدد بوضوح ، وبعض القواعد أو اللوائح .

وهذه مسائل وقرارات يجب أن يت فيها الأعضاء بأنفسهم . وما عليك إلا أن تشجعهم على أن يضعوا الأمور في نصابها بطريقة تشعرهم بالآلفة والراحة . لا تأمرهم

بأنه يجب أن يكون لهم رئيس وأمين صندوق وأمين سر . بل اشرح لهم أن الإجراء المعتاد هو أن تكون هناك قيادة بشكل ما ، إذ أنها تساعد على إنجاز الأعمال ، وقد يكون وجود بنية قيادية محددة أمر إجباري في حالة إنشاء فرع لجمعية وطنية . فكّر مع الناس فيما يتفق على أفضل وجه مع ثقافتهم المحلية .

ويمكنك طرح أسئلة عامة لتحث الأعضاء على التفكير ، ومن هذه الأسئلة « ما الذي تريدون عمله بخصوص الرئاسة ؟ » « هل كل شخص على بينة من الغرض من تكوين النادي ؟ » ارجع إلى القسم الخاص بالاجتماعات في نهاية الفصل الخامس للحصول على مزيد من المعلومات عن إدارة مثل هذه الاجتماعات . شجّع الناس على الفهم والمشاركة والاتفاق في الرأي .

أوضح للناس أن أي جماعة رسمية لا بد أن يكون لها أنشطة ومشروعات وإلا فقد أعضاؤها اهتمامهم وفرت حماسهم . وإذا كان للجماعة أوقات منتظمة للاجتماع يمكن للأعضاء أن يقوموا معاً بالأنشطة التي تساعد على حل المشكلات التي يواجهها الجميع .

اللجنة الصحية للمجتمع

إن إحدى الطرائق لتحقيق مشاركة المجتمع هي الحث على إنشاء لجان صحية . ويمكن لأعضاء هذه اللجان أن يساعدوك في معرفة أولوية احتياجاتهم كما يشعر بها الناس ، ومن ثمّ يمكنك أن توجههم إلى العمل المناسب . لنرى بمزيد من التفصيل ماهو غرض اللجنة الصحية وكيف يمكن إنشاؤها .

غرض اللجنة الصحية

من الصعب تصور أن يجتمع خمسون شخصاً أو مئة لإعداد التفاصيل الجزئية للبرنامج الصحي للمجتمع . فلن يكون أمام كل فرد الفرصة للتحدث . وسوف يضيع الكثير من الوقت للتأكد من أن كل شخص قد فهم تلك التفاصيل وشارك في وضعها . وقد لايريد بعض الناس تضييع الوقت وربما يرغبون الجماعة على التعجيل في إنجاز القرارات . وقد يشير ذلك غضب الآخرين وتنشأ بذلك المشادات والمشاحنات .

ولتحاشي هذه المشكلات غالباً ما يختار الناس من بينهم جماعات صغيرة تسمى اللجان . وتساعد اللجان مهمة أو وظيفة محددة . وهي تقوم بتنفيذ تلك المهمة وترفع تقريرها إلى الجماعة الكبيرة مشفوعاً ببعض الاقتراحات لإتخاذ الإجراءات اللازمة . وتسهّل دراسات اللجنة وخططها على الجماعة إتخاذ القرارات اللازمة .

ورغم أن كل فرد أو عائلة أو جماعة في المجتمع مسؤول عن الصحة . كما ذكرنا من قبل - إلا أنه من المفيد إيجاد جماعة منظمة - أو لجنة - يكون غرضها المحدد هو أن تفكر بإمعان في احتياجات الناس وتساعد المجتمع على العناية بصحته . ولكل مجتمع أن يقرر على وجه التحديد واجبات لجنته الصحية . وفيما يلي بعض الواجبات العامة التي يمكن أن تؤديها اللجنة الصحية :

- جمع المعلومات عن صحة المجتمع .
- التعرف على المشكلات الصحية للمجتمع وأسباب تلك المشكلات .
- اقتراح حلول للمشكلات والتخطيط لها .
- مناقشة تلك الحلول والخطط مع العمال الصحيين الذين سوف يساعدونها في :
(١) تحديد الأولويات (٢) ووضع أهداف واقعية ، (٣) والتعرف على الموارد .
- إستتفار المجتمع لتحقيق الأهداف للموضوعة وحل مشكلاته .
- جعل المجتمع على علم بما يستجد من تقدم أو مشكلات .

إنشاء اللجنة الصحية

أولاً ، عليك أن تتحرى عما إذا كان المجتمع يشعر بالحاجة إلى جماعة تدرس بصفة خاصة المشكلات الصحية والمشكلات المتصلة بالصحة . ويجب مناقشة هذه الفكرة باستفاضة مع أعضاء المجتمع ورواده . وعليهم أن يقرروا بأنفسهم ما إذا كانوا يريدون ، أو لا يريدون ، لجنة صحية . فإن كانوا يريدونها ، فيمكن تشكيل هذه اللجنة الصحية إما داخل جماعة قائمة بالفعل وإما بتشكيل جماعة جديدة تماماً .

وقد تكون في المجتمع بالفعل جماعات معنية بصحة المجتمع وتنميته ومسؤولة بالفعل عن ذلك النشاط . ومن السهل العمل مع الجماعات القائمة إذا كان الناس يتقبلون تلك

الجماعات ويرضون عن الأعمال التي تقوم بها . وإذا تعددت اللجان والجماعات ، وخاصة إذا كانت تقوم بنفس العمل ، سيضيع الوقت وتبديد الموارد ويفتر اهتمام الناس .

ورعما يكون هناك مجلس قرية أو مجلس محلي يشارك في كثير من الأنشطة . فمثل هذا المجلس قد لايسعفه الوقت للنظر في الأمور الصحية ، ففي هذه الحالة يمكن لهذا المجلس أن يطلب من بعض أعضائه أن يشكلوا لجنة صحية تقوم برفع التقارير إلى المجلس ليتخذ على أساسها القرارات النهائية .

وأما إذا لم تكن هناك جماعات قائمة بالفعل يمكن أن تقوم مقام اللجنة الصحية ، فعندئذ يمكن تشكيل لجنة جديدة . وهناك عدة خطوات أو إجراءات تتبع لتشكيل مثل هذه اللجنة .

فأولاً ، من سيكون أعضاء اللجنة ؟ إذا أريد للجنة أن تكون نافعة للمجتمع فلا بد من أن تضم بين أعضائها أناساً على ثقة ، يكونون مستعدين للعمل جاهدين على تحسين مجتمعهم . ومن المسائل الأخرى التي تؤخذ في الحسبان مسألة ما إذا كانت اللجنة الصحية قادرة على رعاية مصالح جميع قطاعات المجتمع . ويتألف المجتمع عادة من جماعات مهنية وسياسية ودينية وغيرها . وإذا ما استبعد قطاع أو جماعة من تشكيل اللجنة الصحية للمجتمع ، فإن أفراد هذا القطاع أو هذه الجماعة قد يمتنعون عن التعاون مع برنامج صحة المجتمع الذي تقترحه اللجنة الصحية .

وثانياً ، كيف تختار أعضاء اللجنة الصحية ؟ تذكر أن كل مجتمع له ثقافته الخاصة وأسلوبه الخاص في تسيير أموره . وهناك طرائق كثيرة ممكنة لاختيار أعضاء اللجنة الصحية نذكر ثلاثاً منها فيما يلي :

- اعقد إجتماعاً يضم أفراد المجتمع المحلي يتم فيه ترشيح أو تعيين أو انتخاب أعضاء اللجنة أو حتى التطوع للعمل فيها أيّاً كانت الطريقة التي يرضونها .
- يمكن لأصحاب الرأي في المجتمع تعيين الأشخاص الذين يشعرون أنهم أصلح الناس للعمل المنشود .
- يمكن الاتصال بكل جماعة من الجماعات ذات المصالح في المجتمع لتختار من يمثلونها في اللجنة الصحية .

فَكَرَّ في طرائق أخرى لإنشاء اللجنة الصحية وتابع من بينها ما يحتمل أن يتقبله الناس في مجتمعك . فإذا لم يتم اختيار أعضاء اللجنة بطريقة يقبلها الناس فإنهم لن يحترموا أعمال تلك اللجنة . ولعله يكون من المفيد أن تضم اللجنة أشخاصاً يمارسون الطب التقليدي أو الطب الحديث أو هما معا .

والسؤال التالي الذي تناوله هو : كم عدد الأعضاء اللازمين لتشكيل اللجنة ؟ فيجب أن تكون اللجنة الصحية من الكبر بحيث تمثل المصالح الرئيسية في المجتمع ، ومن الصغر بحيث يتمكن كل أعضائها من المشاركة والمناقشة والعمل معاً في سهولة ويسر . وربما يكون هذا العدد في حدود عشرة أعضاء .

وأخيراً ، إلى من نرفع اللجنة الصحية تقريرها ؟ على اللجنة أن ترفع تقاريرها بشأن أنشطتها وتقدمها بانتظام إلى رواد المجتمع . وعلى هذه اللجنة أيضاً أن تكون على اتصال دائم مع العمال الصحيين لإطلاعهم على المشكلات والخطط وتلقي الدعم والإرشاد منهم . ويجب أن تفتح اللجنة صدرها للأفكار والمقترحات وتلقي المساعدة من أي فرد بالمجتمع في أي وقت .

تشجيع المشاركة

لعلك عرفت من حصيلة تجاربك أنه من العسير غالباً تأمين مشاركة كل الأعضاء حتى في داخل الجماعات الصغيرة . وأصعب من ذلك بالطبع مشاركة المجتمع بأكمله . وهذه بعض الأسباب التي قد يتسرع بها الناس لعدم مشاركتهم في أحد مشروعات المجتمع :

- لم يخبرني أحد بالمشروع .
- كنت غاضباً : فلم يخبروني إلا قبل الاجتماع ببضعة أيام .
- لم يشكروني على ما قمت به من عمل في المرة السابقة .
- لم أكن موافقاً على الخطوة .
- كان ذلك اليوم هو يوم السوق الكبير في البلدة ، لذلك لم نستطع الحضور .
- لم يخبرني أحد بما كان مفروضاً على عمله بالتحديد .
- لم يسألوني عن رأيي ، قَلِمَ أساعدهم ؟

هل سمعت أسبابا أخرى لقنمها الناس لعدم مشاركتهم ؟

- ولتشجيع الناس على المشاركة حاول أن تقوم بما يلي :
- إعلام الناس بالأنشطة التي يجري التخطيط لها .
- تشجيع الناس على تقديم الاقتراحات مباشرة إلى لجنة التخطيط أو عن طريق ممثلها .
- تحديد مجموعة من المهام والوظائف لكل شخص ، ويلزمك أن تشرح له هذه المهام والوظائف ، وربما يقتضي الأمر أن تتيح بعض التدريب عليها ، وينبغي أن يفهم الناس أيضا مدى أهمية أعمالهم بالنسبة لنجاح المشروع برمته .
- التحري عن الموعد الذي يكون فيه معظم الناس مستعدين للمشاركة .
- شكر كل من يد لك يد العون وإظهار التقدير له . فمثلا ، يمكنك النقاط صورة لكل من ساعدك في المشروع وعرضها حيث يستطيع الناس رؤيتها .



لضمان نجاح حملة النظافة على صعيد المجتمع كله ، لابد من مشاركة الأفراد ، والجماعات ، وسكان الحي كلهم . ويجب بذل الجهد اللازم للتأكد من استمرارية أعمال النظافة طوال العام .

المجالس الاستشارية والتخطيطية

لا بد لأي مرفق صحي يقام على صعيد المجتمع مثل المركز الصحي أو العيادة - أن يكون معداً للوفاء باحتياجات الناس في المجتمع ، ويجب أن يستمر الناس في النظر إلى الخدمات التي يقدمها على أنها خدمات نافعة للمجتمع .

مشاركة المجتمع

يجب أن توجد بعض الوسائل التي بها يستطيع أفراد المجتمع تقديم آرائهم ومقترحاتهم ، فضلاً عن المشاركة في اتخاذ القرارات الخاصة بتصميم وإدارة الخدمات .

ومن وسائل ضمان وصول آراء المجتمع إلى الأسماع ودراساتها تشكيل مجلس استشاري وتخطيطي يضم أفراداً من المستفيدين من الخدمات .

وفي إمكان إحدى الجماعات أو اللجان القائمة أن تفي بهذا الغرض . أما إذا كان الأمر يتطلب تشكيل جماعة جديدة ، فاتباع الاقتراحات العامة السابق ذكرها بالنسبة لتشكيل اللجنة الصحية . ويجب أن يكون أعضاء هذا المجلس على استعداد للعمل وأن يقوموا بجمع المعلومات الأساسية الصحيحة عن المشكلات قبل تقديم اقتراحاتهم .

آراء العاملين الصحيين

يشعر العاملون الصحيون عادة بعدم الارتياح عندما يقدم أفراد المجتمع اقتراحات وانتقادات بشأن الخدمات الصحية . فهم يشعرون أن المجتمع لا يقدر عملهم المضني . وهذا لا يحدث عادة من قبل المجتمع . فأفراد المجتمع يريدون ببساطة تحقيق ما يعتقدون أنه أفضل شيء بالنسبة لهم ولأطفالهم .

والمجلس الاستشاري لن يستطيع القيام بدوره على خير وجه ما لم يرحب العاملون الصحيون بفكرة انشائه ترخيص المجتمع بها . وقد يستلزم الأمر عقد اجتماعات ومناقشات ومشاورات فردية مع العاملين الصحيين لدراسة فكرة مشاركة المجتمع . وقد يكون العاملون الصحيون أنفسهم في حاجة إلى تعلم قيمة المشاركة ومعناها كما سبق أن وصفناها في هذا الكتاب (أنظر على وجه الخصوص الصفحات ٣٥ - ٤٠ بالفصل الثاني) .

تدريب أعضاء المجلس

يحتاج أفراد المجتمع الذين يعملون في المجالس الاستشارية أو التخطيطية إلى تدريب حتى يتمكنوا من أداء عملهم بكفاءة والتعامل بسهولة مع العاملين الصحيين .

مهارات التواصل

إن أعضاء المجلس الاستشاري يقدرون العمال الصحيين الذين يستخدمون لغة مبسطة يسهل عليهم فهمها ، والذين يوضحون لهم بعض المصطلحات التقنية أو الكلمات الخاصة التي يستعملونها . عندئذ تزيد قدرة أعضاء المجلس على فهم الأمور التي تناقش في الاجتماعات . كما أن من الضروري أن يشعر أعضاء المجلس بأن توجيههم للأسئلة يلقي الترحيب .

جمع المعلومات

إن استطاع أعضاء المجلس الاستشاري معرفة كيف تجمع المعلومات الدقيقة عن المشكلات الصحية في مجتمعهم وأسبابها المحتملة ، فإنهم يصبحون قادرين على مد العاملين الصحيين باقتراحات أفضل لتحسين الخدمات .

إدارة اجتماع المجلس الاستشاري

تختلف أساليب إدارة الاجتماعات باختلاف الثقافات . وقد يكون للعاملين الصحيين أسلوب خاص بهم لإدارة الاجتماعات . وعندما يلتقي العاملون الصحيون وأعضاء المجلس الاستشاري في اجتماع ، فعليه أن يتفقوا فيما بينهم على أسلوب إدارة الاجتماع ، مثلاً ، كيف يسمح للأعضاء بالتحدث ، وكيف تتخذ القرارات ، وكيف تنظم رئاسة الجلسات ، وغير ذلك من المسائل .

وأياً كان نوع التدريب الذي قد تعده فإنك لابد أن تذكر دائماً أن من الضروري قيام علاقات طيبة بين العاملين الصحيين وبين أعضاء المجلس الاستشاري حتى يتمكنوا جميعاً من العمل معاً . ويمكن عقد لقاءات غير رسمية بين أعضاء المجلس والعاملين الصحيين حتى يتعرفوا على بعضهم البعض وتنشأ بينهم صلات إجتماعية . وبما يساعد على ذلك تهيئة الفرصة للمناقشات الفردية بين شخص وآخر أو بين أعضاء الجماعات الصغيرة العدد .

الشروع في العمل

لا بد من أن يتاح أمام أعضاء المجلس الاستشاري الوقت الكافي لشرح آرائهم ومناقشتها مع العاملين الصحيين حتى تتضح الصورة أمام الجميع ، ويروا خط سير العمل بوضوح . عندئذ ينبغي أن يبدى هؤلاء الأعضاء إستعدادهم للعمل مع العاملين الصحيين للتأكد من أن التغييرات والتحسينات قد أُجريت على النحو المنشود .

الاتصال بالمجتمع

المجلس الاستشاري شأنه شأن اللجنة الصحية يقوم على خدمة رواد المجتمع وأعضائه ولا بد أن يجتمع المجلس مع مختلف فئات المجتمع ليأخذ عنها ما تعرفه عن الخدمات الصحية . فهذا المجلس يعد حلقة إتصال بين المجتمع وبين الخدمة الصحية .

جماعات التنسيق بين القطاعات

تعدنا حتى الآن عن العاملين الصحيين والجماعات العاملة في الحقل الصحي . بيد أن هناك كثيراً من الناس يعملون أيضاً في مجال النهوض بالمجتمع والارتقاء بصحته ومنهم رجال الزراعة ، والعاملون في الرعاية الإجتماعية ، والمسؤولون عن تنمية المجتمع ، ومدرسو المدارس ، والمدرسون المعنيون بتعليم الكبار ، والمسؤولون عن الإعلام وغيرهم . ولا بد من إشراك هؤلاء الناس ، بقدر المستطاع ، في كل البرامج الصحية ، كذلك لا بد من إشراك العاملين الصحيين ، بدورهم ، في برامج تنمية المجتمع . وثمة جماعة هامة أخرى يجب إشراكها ، وهي جماعة الاعلاميين (المذيعين ، ومراسلي الصحف ، الخ .) ، هذا إذا كان هؤلاء يوجلون في مجتمعتك .

وحتى تنجح هذه المشاركة ، لا بد من توفر التواصل الجيد بين مختلف الهيئات . ومن طرق تحسين التواصل والتعاون تشكيل مجلس لخدمات المجتمع . ويمكن أن يجتمع هذا المجلس بانتظام ، مرة في الشهر أو أكثر من ذلك إذا اقتضى الأمر . وترسل كل هيئة من الهيئات من يمثلها في [اجتماعات هذا المجلس . ويقوم المجلس بمناقشة الاحتياجات العامة للمجتمع فضلاً عن تحديد مهام كل هيئة ومسؤولياتها .

ومن المهم لنجاح مثل هذا المجلس في أعماله توافر المهارات في عقد الاجتماعات وتشجيع السلوك الجماعي الناضج . فكل هيئة تحس بأن غملمها بالغ الأهمية بالنسبة

للمجتمع . وقد لانتق هيئة معينة في هيئة أخرى . وقد تكون هناك خلافات قديمة بين الحائنين . عندئذ يتطلب الأمر جهداً جهيداً لإقامة علاقات طيبة بين هؤلاء وهؤلاء . إن الوقت والجهد اللذين يبذلان في سبيل تحقيق ذلك لن يذهباً سدى لأن أفراد المجتمع سيستفيدون حتماً من تحسن الخدمات .

قبل الشروع في إنشاء بنية جديدة سواء كانت لجنة صحية ، أو مجلساً استشارياً ، أو هيئة أو جمعية محلية ، عليك أن تستقصي البنى الموجودة بالفعل في المجتمع وترى ما إذا كانت هذه البنى تستطيع أن تنفي بالغرض الذي تسعى لتحقيقه . وغالباً ما يكون هناك إغراء بتكوين جماعات جديدة لكن من الحكمة عوضاً عن ذلك توسيع نطاق عمل أية هيئة قائمة أثبتت جدارها .

تنظيم حملة صحية

الغرض

يمكن تنظيم الحملات الصحية بهدف تحسين المعرفة ، والمهارات ، والمواقف ، والقيم المتعلقة بأي مسألة صحية . كما يمكن تنظيم حملة صحية لإنجاز مشروع محدد للنهوض بالمجتمع .

إن الوعي العام هو المفتاح الأول للحملة الصحية الناجحة . وعلى ذلك فيجب أن يبدأ برنامج معد إعداداً دقيقاً لإعلام الجمهور فور اتخاذ المجتمع لقراره بشأن المسألة أو المشكلة التي يريد معالجتها . فمن الضروري أن يعلم الناس ما سوف يحدث ، ومتى سيحدث ، وسبب أهمية المشروع لهم . وتقدم هذه المعلومات في سلسلة من الرسائل أثناء الحملة ، وتستخدم لهذا الغرض جميع قنوات الاتصالات المتاحة ، شاملة الاتصال الشخصي والنادين والملصقات ومكبرات الصوت والإعلان في أماكن الاجتماعات العامة واجتماعات الجماعات المختلفة ، وكذلك التغطية الصحفية والإذاعية ، إن أمكن .

وتنظم الحملة الصحية بحيث تختص بمسألة واحدة . وبعبارة أخرى يكون للحملة الصحية شعار أساسي . مثال ذلك « حافظ على النظافة العامة » أو « التطعيم يقي أبناءكم من المرض » أو « سلامة الأجسام في سلامة الطعام » أو « مياه نقية من

أجل صحة قوية » ، وهكذا . وغالباً ماتصبح هذه الشعارات هي رمز الحملة ، وعلى ذلك فيجب أن تكون قصيرة وملفتة للنظر وسهلة التذكر .

ويجب أن تعنى الحملة بمشكلة واقعية سبق أن حددتها أعضاء المجتمع بأنفسهم أو تم التسليم بوجودها . وإذا كانت هناك لجنة صحية في المجتمع ، فسيكون لهذه اللجنة دورها الفعال في التعرف على المسائل التي تحتاج إلى تنظيم حملة ، وفي تخطيط أعمال تلك الحملة .

وغالباً ما تستغرق الأنشطة الفعلية للحملة أسبوعاً أو شهراً . ولهذا السبب تسمى الحملات الصحية « أسبوع الصحة » أو « شهر الصحة » .

التنظيم المسبق

على الرغم من أن الحملة ذاتها قد تستغرق أسبوعاً واحداً ، فيجب أن يسبقها كثير من الإعداد . فقد تعمل اللجنة الصحية على مدى عدة شهور أو عام كامل في تنظيم حملة ناجحة وفي المتابعة اللازمة لها .

ويجب إجراء اتصالات بأعضاء المجتمع في وقت مبكر إذا كان ينتظر منهم أن يشاركوا في العمل أو يتبرعوا بالمال والمواد كما يجب تخصيص الموارد اللازمة لهذا الغرض وتنظيم الأنشطة التثقيفية الصحية .

إن استخدام مجموعة متنوعة من طرائق التثقيف الصحي من شأنه أن يعمق الأثر الذي تحدثه الحملة الصحية . ومن الطرائق التي يمكن استخدامها : التمثيليات ، والأحاديث الصحية ، والمعارض ، والعروض الإيضاحية ، والإجتماعات والمناقشات الجماعية . ويمكن تنظيم البرامج بالاشتراك مع المدارس وغيرها من جماعات تنمية المجتمع .

ويجب إتاحة الفرصة أمام أفراد المجتمع للمشاركة في مشروعات مجتمعية مثل إقامة المراهيض العامة ومحارق القمامة .

المتابعة

النشاط الذي يستغرق أسبوعاً واحداً يحدث مزيداً من الاهتمام والحماس . ولكن المشكلات الصحية لا تحل إذا نشط الناس مدة أسبوع واحد في العام فقط ، إذ لا بد أن

يمارسوا السلوك الصحي طوال العام . كذلك لابد لهم أن يدوموا على الحفاظ على الآبار والمراحيض وصيانتها كل يوم لا يوماً واحداً فقط في السنة .

وإذا كانت هناك لجنة صحية ، فيجب على أعضائها أن يراقبوا استمرار الناس في ممارسة المهارات الصحية التي تعلموها إبان الحملة الصحية . ومما يساعد أفراد المجتمع على تذكر المعلومات وممارسة المهارات التي إكتسبوها أثناء الحملة وكذلك على المحافظة على المرافق الصحية التي أقاموها إبان ذلك ، بالزيارات المنزلية والإجتماعات العامة ، والمصققات ، والمناقشات الجماعية والمشروعات المدرسية التي تنفذ على مدار العام .

والحاجة للمتابعة هي أحد الأسباب أو المبررات التي تهم قيام المجتمع بنفسه بتنظيم الحملة ، (من خلال لجانته أو مجالسه) ، وعدم ترك ذلك للعاملين الصحيين وحدهم . ونجبري المتابعة بطريقة أكثر فعالية من قبل أولئك الذين يعيشون في المجتمع .

فمثلاً حملة التطعيم التي تستغرق أسبوعاً قد تكون عديدة الجلودى إذا افتقرت إلى المتابعة الكافية . فهناك عدة لقاحات تتطلب تلقي جرعة ثانية بعد الجرعة الأولى بثلاثة



هذا الطفل يُطعم خلال حملة تطعيم .
ولكي تنجح الحملة ، لابد لها من متابعة مخططة .

أشهر . كما أن المواليد يحتاجون إلى التطعيم في أوقات مختلفة على مدار العام . لذلك فإن المتابعة الفعالة أمر ضروري لتأكيد نجاح الحملة في تحقيق أهدافها الصحية .

المناسبات الخاصة للمجتمع

لكل مجتمع أعياده ، واحتفالاته ومناسباته الخاصة ، التي قد توافق مواسم خاصة في العام مثل موسم الزراعة ، ووقت الحصاد ، ورأس السنة . وبعض الأعياد دينية وبعضها سياسية ، وبعضها الآخر يحكي ذكرى أبطال وطنيين ومناسبات وطنية . وعادة ما يوجد كثير من هذه المناسبات طوال السنة .

وبعض الأعياد والمناسبات يخصص للراحة والاستجمام ، وبعضها الآخر يدعو إلى التفكير الجاد والتأمل أو العبادة . وأياً كان هدف الموسم أو العيد ، فإن المجتمع كله يحتفي به في معظم الأحيان .

قيمة التثقيف

لمعظم مناسبات المجتمع صلة ما بصحة ذلك المجتمع ورفاهته . فأعياد الحصاد والشكر والفطر هي خير وقت للاستمتاع بخصوبة الأرض وخيراتها ، والتعبير عن الامتنان للعناية الالهية على ما أعطت . قد يكون ذلك وقتاً مناسباً للتفكير والتأمل في الاهتمامات التالية :

- التغذية .
- تخزين الطعام .
- كيفية الاستفادة من الأرباح .
- كيفية التخطيط لمحصول أوفر في الموسم القادم .

ويمكن توجيه تلك الدرجة العالية من الاهتمام والحماس اللذين توجداهما تلك المناسبات إلى الاهتمام بهذه المسائل التي لها جميعاً صلة بالصحة . ويمكن الإعداد للتثقيف الصحي في شكل تمثيليات وأغان ورقص ومعرضات ومشروعات مدرسية ومناقشات جماعية بمناسبة العيد . وإذا كانت تلك الاحتفالات مناسبة دينية أو سياسية ، يمكن أن يطلب من أصحاب الرأي في المجتمع أن يدرجوا الاهتمامات الصحية في خطتهم ومواعيدهم . كما يمكن ، أثناء تلك الاحتفالات ، أن ينظم تلاميذ المدارس أنشطة خاصة لصالح مدارسهم أو موجهة لآبائهم .

ويمكن تقديم الأحاديث والعروض الإيضاحية في العيادات الطبية . اجعل الناس يحسون بأن الحديث عن الصحة وثيق الاتصال بالمناسبة أو العيد الذي يحتفلون به . واستخدم ، في الرفقات الشعبية ، والأغاني ، والتمثيلات ، وسرد القصص وغير ذلك من ضروب الفن .

وإعداد البرامج التقييمية للمناسبات والأعياد شديد الشبه بالإعداد للحملات الصحية . لذلك فعليك أن تتيقن من أن جماعات تنمية المجتمع ولجانه الصحية تشارك في اختيار الأنشطة التقييمية وإعدادها . وكما هي الحال في الحملات الصحية ، فإن مشاركة المجتمع ضرورية للمتابعة التي تضمن عدم إهمال أفكار الناس ومهاراتهم الجديدة ونسبائها .

ماهي المناسبات والأعياد التي يحتفل بها مجتمعك ؟ كيف يمكن أن تربط كل مناسبة بتنمية المجتمع وتحسين صحته ؟ ما هي أنواع الأنشطة التقييمية التي يمكن الاستفادة بها في كل من هذه المناسبات ؟ من هم الزواد أو أصحاب الرأي في المجتمع أو الفنانون أو العاملون في خدمة المجتمع الذين يمكن أن يساعدوا في البرامج التقييمية ؟



عيد من أعياد المجتمع

استنفار موارد المجتمع اللازمة للمشروع

إستنفار mobilizing موارد المجتمع يعني حث كل فرد في المجتمع على تقديم مافي وسعه أن يقدمه من موارد لحل مشكلة من مشكلات المجتمع ، إذ لانستطيع أي لجنة صحية أو ناد أو جمعية أن تنفرد بإنشاء سوق أو بئر أو طريق . فالمساعدة مطلوبة من كل أفراد المجتمع .

التخطيط للمشروع

مهارات التخطيط التي جاء وصفها في الفصل الثالث عظيمة الفائدة هنا . ومما يجب تذكره أن المجتمع عليه أن يقوم بمايلي :

- التعرف على احتياجاته الخاصة .
- التوصل بنفسه إلى الحلول اللازمة لمشكلاته الخاصة .
- إشراك أكبر عدد ممكن من الناس تطوعاً في المشروع .

والفرض الرئيسي من الاستنفار هو تعزيز قدرة الناس على حل مشكلاتهم مستخدمين مواردهم الخاصة . فالاستعانة بالموارد المحلية تمنح الناس شعوراً بالكبرياء والفخار



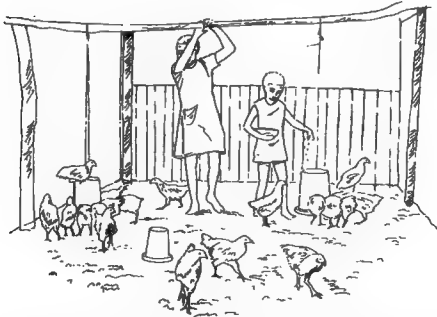
قرّر الناس في هذه القرية أن يشيدوا فصلاً مدرسياً جديداً لمرحتهم الابتدائية عن طريق الجهود الذاتية . وكما يبدو في الصورة تسهم نساء القرية في المشروع بحمل الرمل اللازم للبناء .

والاعتماد بالنفس ، فضلاً عن أنها أرخص السبل لحل المشكلات . كذلك فإن التعرف على الموارد (الصفحات ٧٢ - ٨٠) أهمية بالغة لاستثمار المجتمع بصورة فعالة .

عليك أن لا تضع الخطط بالنيابة عن الجماعة . بل شجع أفرادها على إتخاذ قراراتهم بأنفسهم . إن صنع القرارات هو إحدى المهارات التي تتعلمها الجماعة . لكن من الطبيعي أن تقدم لها الإرشاد والاقتراحات . ولتأكد ، على وجه الخصوص من أن الجماعة تتسم بالواقعية عند تحديد مقدار الوقت والموارد الأخرى اللازمة للمشروع .

تنمية الاعتماد على النفس

بمجرد أن تباشر الجماعة أو الفرد المشروع ، عليك أن تكون موجوداً لتقوم بالمراقبة وإبداء الاقتراحات . وقد يقتضي الأمر منك أن تقدم عرضاً إيضاحياً demonstration لبعض المهارات الجديدة . ثم انسحب من الساحة ودع الناس يتعلمون من خلال قيامهم بالعمل بأنفسهم وبعد انتهاء العمل التي بهم لتناقش معهم مدى تقدم مشروعهم . واعرف منهم ما تعلموه . وأجزل لهم الشناء إذا كانوا يعملون في الاتجاه الصحيح .



من خلال مشروع تربية الدواجن الذي تديره المدرسة يستطيع التلاميذ أن يتعلموا الكثير عن النظافة ، وأن يكسبوا مهارات العون الذاتي وينقلوها إلى عائلاتهم وأن ينموا شعورهم بالمسؤولية .

يتم لهم ما قد تراه من مشكلات . أطلب من الجماعة أن تفكر في حلول لمشكلاتها .

وفي النهاية ادع أعضاء الجماعة أو الفرد المعني ليناقشوا معك النتائج التي تم تحقيقها . واستكشف ما إذا كانوا سعداء بالنتائج التي انتهى إليها المشروع . ماهي المهارات والأفكار الجديدة التي تعلموها ؟ ماذا عساهم أن يفعلوه أفضل من ذلك في المرة القادمة ؟ أثني عليهم لما حققوه ، فذلك من شأنه أن يحفزهم على الاستمرار .

إذا لم يخالف المشروع النجاح يحزن الناس في العادة أو يفضيرون . وهذا أمر طبيعي . وإن حدث ذلك ، عليك أن تساعدهم على أن يفهموا أن الانسان يتعلم أيضاً من أخطائه . وساعدهم على اكتشاف أسباب الفشل . لاتجعلهم يبدلون في إلقاء اللوم على بعضهم البعض . وشجعهم على مناقشة كيف يحسنون عملهم في المرة القادمة .

فكر في القيم الموجودة في المجتمع الذي تعمل فيه . وهل يقدّر الناس قيمة التعاون ومساعدة الصديق وقت الضيق ؟ هل يقدّرون فكرة قيام كل فرد بتقديم خدمة لجمعه ؟ هل يحم الناس أن يبدو مجتمعهم متقدماً في أمين المجمعات المجاورة لهم ؟

إن كانت هذه القيم موجودة بالفعل في المجتمع ، فانه يرجح أن يجيد أفرادها إستنفار الموارد اللازمة للأعمال التي تحسن أحوال مجتمعهم وتنمي لديهم الاعتماد على النفس .

تنمية روح المشاركة عند الناس

لا يترك الناس في الغالب أهمية قيامهم بالهوض بصحتهم بمجهودهم الخاصة . فهم أحياناً يشعرون أن تلك هي مسؤولية الحكومة . إن الحكومة عليها مسؤولية في هذا الخصوص بالطبع غير أنه يجب ألا يتخذ العاملون الصحيون من دعوتهم الاعتماد على الذات حجة أو ذريعة لتنصلون بها من تقديم الخدمات المفروض أن يتلقاها المجتمع منهم .

واليك مثلاً لمشروع إرتكز على المجتمع واستغرقت فيه عملية إيجاد روح المشاركة الحقيقية وقتاً طويلاً .

منذ البداية حاول العاملون الصحيون إشراك الناس في التخطيط والبرمجة . وكانوا حريصين على سؤالهم : « ما الذي يمكن أن نفعله معاً بشأن هذه المشكلة ؟ » وبدأ العاملون الصحيون في تحديد

المشاكل مع الناس . وأحب الناس ذلك حباً شديداً ، إذ كان لهم دور عليهم أن يؤديه . فقد كان العاملون الصحيون في الماضي يجهلون تقصياً يتعلق بمشروع إقليمي آخر في المنطقة من دون أن يستشيروهم . ولم يعرف الناس ما حدث لذلك التقصي بعد ذلك لأن أحداً لم يحاول أن يزودهم بأية معلومات عنه . أما في هذا المشروع الجديد ، فقد رحّب الناس بأشراكهم في العمل وإطلاعهم على ما يجري .

وعندما وصلوا إلى نقطة التخطيط للمشروع ، وجه العاملون الصحيون هذا السؤال : « ما الذي يمكنكم أن تعملوه أنتم بالنسبة لهذه المشكلة ؟ » ففعل الناس .

وقالوا « لماذا نحن وليس أنتم ؟ ليس هذا واجبك ؟ » لقد كان هؤلاء الناس في راحة من كل هذا إذ كانوا يركون العمال الصحيين يتولون العمل في الماضي . والآن يُطلب منهم أن يعملوا شيئاً بخصوص مشكلتهم . ولم يفهم الناس لماذا صار الوضع على ما هو عليه ؟

وقالت مديرة المشروع : من الدروس الهامة التي تعلموها أن من الضروري مساعدة الناس على استعادة الثقة في أنفسهم وطمأنيتهم بأنهم قادرين على إنجاز العمل . وشرحت المدير الموقف قائلة : « في الماضي ، سلب العاملون الصحيون من الناس قدرتهم على صنع القرار ولم يشجعوهم على التفكير لأنفسهم . وأدى هذا بالناس إلى فقد الثقة بقدرتهم على المشاركة الفعالة . »

من السهل مناقشة روح المشاركة ، والاعتماد على النفس ، ومشاركة المجتمع ، في الاجتماعات ، ولكن تطبيقها عملياً أصعب كثيراً . وكما يقال في الأمثال : « الأقوال يسيرة والأعمال عسيرة » . إن إشراك المجتمع يتطلب استئثاراً هائلاً للموارد البشرية والوقت والجهد . ولا يمكن لأي عامل صحي أن يحقق استئثاراً فعالاً من دون أن يكون لديه الإكرام والذنايع .

إن الإيمان بالناس هو الذي منح عمال المشروع القوة في اللحظات العصية في البداية . ولقد أعطوا للمجتمع ما هو أكثر من الخبرة والمعرفة التقنية ، إذ أنهم أخذوا على أنفسهم المهة بالعمل على نجاح المشروع . وعندما أدرك الناس ذلك أخذت العلاقات الإيجابية تنمو وتزدهر .

والآن يتقدم المشروع حثيثاً وزادت مشاركة الناس .

فكّر في تجربتك الخاصة . هل وجدت بعض الناس يصعبون أحياناً عن بذل الجهد أو تحمل المسؤولية في سبيل تحسين صحتهم ؟ ماذا كانت أسباب ذلك ؟ هل كانت لديهم المهارات اللازمة للقيام بالعمل ؟ هل كنت تقوم بتعليمهم تلك المهارات ؟
في أي الظروف وجدت الناس أحد ما يكونون استعداداً للتعاون ؟ ماهي العوامل التي هيأت جو المشاركة بينك وبينهم ؟

دور عامل صحة المجتمع

إن اختيار عمال صحة المجتمع وتدريبهم لمن أهم السبل إلى تقديم الثقافة الصحية للمجتمع .

وظائف عامل صحة المجتمع

إن عامل صحة المجتمع فرد من أفراد يدرب للعمل في هذا المجتمع بالانصال الوثيق بنظام الرعاية الصحية . والمتوقع من عامل صحة المجتمع أن يضطلع بوظائف واسعة من الوظائف التي تتضمن عادة : الزيارات المنزلية ، والحفاظ على صحة البيئة ، والتزويد بمورد مياه ملائم ومأمون ، وإجراء الاسعافات الأولية ، ومعالجة العلل البسيطة الشائعة ، والتثقيف الصحي ، والاستقصاء الغذائي ، وأنشطة رعاية صحة الأم والطفل وتنظيم الأسرة ، ومكافحة الأمراض السارية ، وأنشطة تنمية المجتمع ، وإحالة المرضى وحفظ السجلات وجمع البيانات الحيوية .

ولقد صيغت هذه الوظائف ، إلى حد كبير ، في إعلان ألما - آتا الذي حدد المكونات الأساسية الثانية للرعاية الصحية الأولية على النحو التالي : التثقيف بشأن المشاكل الصحية السائدة وطرق الوقاية منها والسيطرة عليها ، وتوفير الغذاء وتعزيز التغذية الصحيحة ، والإمداد الكافي بالمياه النقية والإصحاح الأسامي ، ورعاية الأم والطفل بما في ذلك تنظيم الأسرة ، والتحصين ضد الأمراض المعدية الرئيسية ، والوقاية من الأمراض المتوطنة محليا ومكافحتها ، والعلاج الملالم للأمراض والإصابات الشائعة ، وتوفير الأدوية الأساسية .

إن عمال صحة المجتمع يحتلون موقعا فريدا ، لأن لهم دورا في كل من المجتمع وضمن نظام الرعاية الصحية . وهم حلقة الاتصال بينهما . فهم في المجتمع يساعدون في التعرف على المشاكل والأشخاص المعرضين للخطر أو المحتاجين للرعاية . ويشركون المجتمع في تخطيط سبل معالجة مشاكله ، ويساعدونه على الاتصال بالخدمات الصحية . ويقوم عامل صحة المجتمع أيضا بتزويد الخدمات الصحية بالمعلومات المطلوبة للترصد والتخطيط والإدارة .

التدريب والإشراف

إن تدريب عمال صحة المجتمع والإشراف عليهم من مهام الرعاية الصحية الأولية التي يؤدي فيها التشقيف الصحي دورا رئيسيا . فبالتشقيف الصحي ، يجب علينا أن نتأكد من أن المجتمع له دور في اختيار عماله الصحيين . وبالمناقشة مع المتدربين ، يجب علينا أن نتفق على الموعد والمكان المناسبين للتدريب . ويجب أن تستخدم طرق التواصل والتعليم المحلية في التدريب للمساعدة على الفهم . ويجب أن يعرف المدربون وجهة نظر الثقافة المحلية بشأن الصحة وأمراض معينة حتى يمكن مناقشة المعتقدات والعادات المحلية مناقشة فعالة أثناء التدريب .

وعامل صحة المجتمع يعمل « كحلقة اتصال » بين المجتمع والخدمات الصحية ، ويقوم بدور رئيسي في مساعدة المجتمع على التعبير عن احتياجاته وتنمية الاعتماد على الذات :

إن مفهوم عامل صحة المجتمع خطوة هامة في التقدم نحو إيجاد السبل الملائمة لعمل الرعاية الصحية في متناول الجميع .

إن الكثيرين من عمال صحة المجتمع ، إن لم يكن معظمهم ، متطوعون . وقد يتقاضون القليل ، أو لا يتقاضون شيئا ، مقابل عملهم . وهم يحتاجون إلى المساندة المنتظمة من المشرفين عليهم . مثل ممرضة المجتمع أو مفتش الصحة العمومية ، لمساعدتهم على رفع روحهم المعنوية . وينبغي للمشرفين أن يساعدوا عمال صحة المجتمع على تذكر مهامهم . وينبغي لهم أيضا المساعدة في إعلام المجتمع بمهام عمال صحة المجتمع وحثه على مساندتهم في عملهم . ويجب أن نكون حريصين فلا نتوقع أكثر مما ينبغي من عمال صحة المجتمع الذين يعملون تطوعا . فيجب أن ندأوم على تشجيعهم والثناء عليهم عندما يستحقون الثناء ، لأنه بدون هؤلاء العمال عند مستوى القاعدة لانقوم للرعاية الصحية الأولية قائمة .



قروي يتطلع ليكون عاملا صحيا .

توصيل الرسالة الصحية : الطرائق والوسائل

إن التثقيف الصحي ، كما رأينا ، يساعد الناس على الوصول إلى الاختيارات الحكيمة فيما يتعلق بصحتهم ونوعية حياة مجتمعهم . ولكي يتم هذا يجب أن تقدم لهم المعلومات الصحيحة في شكل سهل الفهم . ويلزم ، في أحيان كثيرة ، تقديم الحقائق والأفكار نفسها بعدد من الطرق المختلفة .

ونناقش في هذا الفصل الطرائق والوسائل والأساليب التي يمكن استخدامها لتوصيل الرسائل الصحية . كما نقدم مقترحات لتطوير واستخدام كل أسلوب . ولا يمكن أن يشمل هذا الفصل على جميع الطرائق . ولعلك تستطيع التفكير في سبل أخرى لإعلام وتثقيف الناس من حولك . وفي الواقع ، كلما زادت معرفتك بالأهالي ، زاد احتمال وصولك إلى أحسن السبل للتواصل معهم . وأول هذه الطرائق طريقة مخاطبة المباشر بين شخص وآخر حيث تكون أنت ، العامل الصحي ، الطرف الرئيسي في التواصل والثانية هي الطريقة غير المباشرة ، التي يكون دورك فيها أن تنقل إلى جمهورك المحلي الرسائل الصحية التي تصدر من مصادر أخرى ، كالبرامج الإذاعية والتلفزيونية مثلا . وهذا التصنيف في مجموعتين هام جدا ، وكثيرا ما يوجد تداخل بينهما . فالملصقات ، مثلا ، قد تعتبر طريقة غير مباشرة عندما يقتصر الأمر على وضعها على لوحة إعلانات في مركز صحي . ويمكن أيضا أن تكون متممة للطرق المباشرة عندما تستخدم في حديث صحي . والطرق غير المباشرة يمكن أن تنشأ داخل المجتمع المحلي أو خارجه . وسوف تكون المواد المنتجة محليا وثيقة الصلة بالموضوع والمجتمع بشكل واضح ، ولكن في إمكانك أن تجعل المواد الخارجية أكثر فعالية لمجتمعك بطريقة في استخدامها وتفسيرها .

والأمر الهام الذي يجب تذكره هو أن التواصل الصحي الفعال نادر ما يتحقق باستخدام طريقة واحدة بمفردها أو حتى طريقتين أو ثلاث طرائق . وسوف يتوقف نجاحك على مقدارك على الجمع بين مجموعة طرائق متنوعة ، من كل من النوعين المباشر وغير المباشر لتحقيق غرضك التثقيفي . إنك تعمل في الموقع الحرج الذي تلحق فيه وسائل الإعلام بالناس .

توصيل الرسالة الصحية

طبيعة التواصل ودوره

لقد رأينا في الفصل الثاني أن التثقيف الصحي هو العمل مع الناس لحل المشكلات وتحسين نوعية الحياة . والتواصل Communication يساعد على تزويد الناس بالحقائق والأفكار والمواقف التي يحتاجون إليها لاتخاذ قرارات تتسم بالوعي فيما يتعلق بصحتهم .

ويحدث التواصل عندما تُرسل رسالة وتُستقبل . والرسالة في التثقيف الصحي شيء يعتبر العلم به أو فعله مهماً للناس في المجتمع . وقد يكون المصدر عاملاً صحياً عملياً أو حكومة وطنية أو قد يدرك أعضاء المجتمع أنفسهم الحاجة إلى تغيير . وقد تبث الرسالة من شخص إلى آخر في محادثة خاصة أو في اجتماع جماعة أو في حديث صحي ، أو قد توجه بطريقة غير مباشرة بالإذاعة أو الصحف .

والأمر المهم هو ما يحدث عندما تصل الرسالة إلى الناس الموجهة إليهم . فإذا سمعوها وفهموها ، ونزعوها إلى تصديقها ، فمعنى ذلك أن التواصل مفيداً قد يحدث .

والتواصل بمفرده نادراً ما يغير السلوك . فالسلوك ، كما رأينا ، أعقد مما ينبغي فيما يتعلق بهذا الشأن . ولكن الأفكار أو الحقائق التي تسمع وتفهم وتصدق ضرورية لتجهيد الطريق إلى التغيرات المنشورة في السلوك ومشاركة المجتمع المتسمة بالوعي .

بعض مقتضيات التواصل الفعال

خصصنا الصفحات ٨٢ - ٩٠ من الفصل الثالث لإختيار الطرائق المناسبة باعتبارها جزءاً من عملية التخطيط للتثقيف الصحي . وبعد أن تفحصنا عدداً من الأسئلة الخاصة بالناس ، والموارد ، والظروف المحلية والثقافة ، مازالت هناك أسئلة أخرى في حاجة إلى إجابة . وتدور هذه الأسئلة حول كيفية تطبيق الطرائق التثقيفية عملياً والحاجة إلى الاختبار المبني للطرائق والمواد .

تطبيق الطرائق التثقيفية عملياً

هناك ثلاث مسائل لابد من دراستها عند وضع الطرائق التثقيفية موضع التنفيذ :

- متى نبدأ الناس .

- وأين نجد الناس .
- وكيف نشارك الناس .

أخسر الوقت المناسب

عندما تعمل مع الفلاحين ، مثلاً ، إعرف متى يعملون ومتى يستريحون . وللنساء عادة أوقات للعمل في البيت أو خارجه وأوقات أخرى للذهاب إلى السوق لذا لا بد وأن تنظم اللقاءات والمناقشات مع النساء بحيث تتم في وقت فراغهن . وإذا كان للعروض أن تقام في الأسواق فلا بد أن يكون ذلك في وقت احتشاد الناس في السوق . وعندما نكون بصدد تثقيف الأطفال يلزمنا معرفة متى يكونون في مدارسهم ومتى يساعدون والديهم ومتى يرغبون لأنفسهم . اجتمع مع المعنيتين وحددوا وقتاً للبرنامج التثقيفي بحيث يناسب الجميع .

أخسر المكان المناسب

اعرف المكان الذي يجتمع فيه الناس عادة - الأسواق أو المدارس أو أماكن العمل أو المساجد أو الكنائس أو غير ذلك . وهناك أماكن يتجمع فيها الناس لأسباب اجتماعية . وقد يوجد مبنى صغير للمجتمع مخصص للاجتماعات الهامة . وقد يجتمع الناس أمام بيت كبير العائلة أو أمام منازل أصحاب الرأي . اتفق مع الجماعة على أسهل مكان يمكن لكل منهم الوصول إليه .

أشرك الناس

توجد سبل كثيرة لأشراك الناس . وبعض الطرائق ، مثل التمثيليات ، والمناقشات ، وغيرها ... تتطلب قدراً أكبر من المشاركة مما تتطلبه غيرها . وحتى إذا كنت تلقي حديثاً أو تعرض فيلماً ففي مقدورك أن تجد السبل التي تجعل الناس يشاركون كأن يطرحوا عليك أسئلة أو أن تطلب منهم أن يؤدوا بعض الأعمال بأنفسهم . إن ضمان مشاركة الناس في الأعمال أمر مهم للغاية لأن الناس يتعلمون أكثر عندما لا يكونون سلبين . وسوف نناقش طرق إشراك الناس عند مناقشة كل طريقة .

الاختبار المبدئي

قبل أن نمارس أي طريقة تثقيفية أو نستخدم مواد تثقيفية علينا أن نتأكد من أنها تناسب الظروف والجماعة ، وإلا إفتقدت الأثر المنشود . ومن هنا ، كانت الحاجة إلى اختبار الطريقة اختيباراً مبدئياً كلما أمكن ذلك . والاختبار المبدئي يعني أن نجرب الطريقة التثقيفية في جماعة صغيرة من الناس . فإن أفلحت هذه الطريقة على النحو الذي نرجوه فيمكنك بعد ذلك استخدامها مع أناس آخرين أو جماعات أخرى في المجتمع .

والطرائق والمواد التي تحتاج إلى الاختبار المبدئي هي تلك التي تُعد إعداداً مسبقاً ، مثل القصص والأساطير ، والأغاني ، والملصقات ، واللوحات القلابة ، واللوحات الوبرية ، والتثلييات ، وعروض الدُمي (مسرح العرائس) ، والأفلام ، والشرائح ، والصور الفوتوغرافية . وليست كل الطرائق قابلة للاختبار المبدئي حيث لا يمكن إعدادها كلها إعداداً مسبقاً . فعلى سبيل المثال : إن تمثيل الأدوار ، والاجتماعات والمناقشات الجماعية وغيرها ... تتطلبوي مقدماً على فكرة عامة عن الموضوع ولكن هذه الطرائق لا تفلح إلا إذا إتخذ المشتركون الاجراءات والقرارات أثناء أدائهم لهذه الطرائق . وبمعنى آخر يجب أن يكون الناس أحراراً في التصرف على نحو مبدع .

إنه لمن الضروري أن يجري اختبار مبدئي للطرائق والمواد . فأولاً ، إن الناس قد لا يدركون الغرض من الطريقة . وثانياً ، أنهم قد لا يفهمون الرسالة التي تحاول أن تشرکہم فيها . وثالثاً ، إنهم قد لا يميون مايشاهدونه أو يسمعون . فإن كان احد الملصقات ، مثلاً لا يروق لهم فربما يعرضون عنه . وإذا استطعت ان تكشف المشكلات التي يصادفها الناس في استيعاب طرائقك التثقيفية يمكنك أن تغير هذه الطرائق أو تُحسبها ، كذلك . فان طرائقك التثقيفية ستكون أكثر فعالية إذا أدخلت عليها هذه التحسينات قبل بدء البرنامج . وفيما يلي الخطوات التي يمكن أن تتبعها في إجراء الاختبار المبدئي :

إعداد ماتلك التثقيفية إعداداً جيداً

نعم هذه المادة لتري ما إذا كانت واضحة ومبسطة . وصحح الأخطاء ، إن وجدت .

اجمع المجموعات للاختبار المبدي

اختر أشخاصا مشابهين للذين سيستخدمون المواد النهائية . فإن كنت تعرض ملصقات على أمهات في عيادة الأطفال دون سن المدرسة ، فاجمع أربعاً أو خمساً منهم ليساعدنك في إجراء الاختبار المبدي وإن كنت تُعد قصة للفلاحين فاجمع بعضاً منهم ليستمعوا إليك .

اعرض المواد

دع مجموعة صغيرة ترى أو تسمع ما أعدته .

وجه أسئلة

تحقق مما إذا كانت المجموعة قد فهمت ما عرضته وتقبلته . وإن كنت تختبر ملصقاً ، مثلاً ، فهاهي أمثلة للأسئلة التي يمكنك أن تطرحها :

- ما هي رسالة هذا الملصق أو فكرته في رأيك ؟
- لمن صُمم هذا الملصق في رأيك (للراشدين أو للأطفال أو للرجال أو للنساء أو للفلاحين أو للعامل ، إلخ) ؟
- ماذا عساه أن يكون رأي أصدقائك إذا شاهدوا هذا الملصق ؟
- هل تعتقد أن منظر هذا الملصق يمكن أن يكون أحسن مما هو عليه ؟ هل تعتقد أن الملصق معد للناس المقيمين في هذه القرية / البلدة / المنطقة ؟
- هل تعتقد أنه كان يجب استخدام ألوان أخرى ؟
- هل حجم الصور والرسوم والكلمات كبيرة بقدر كاف أم أنه أكبر أو أصغر مما ينبغي ؟
- ماهي سبل تحسين المُلصق في رأيك ؟
- هل أفكار الملصق واقتراحاته عملية ومفيدة ؟



إن توجيه الأسئلة بشكل ركناً هاماً في عملية الاختبار الميداني وفي استخدام الطرائق التثقيفية . فمن طريق الأسئلة يمكن أن تعرف إذا كانت الرسالة التثقيفية مقبولة ومقبولة لدى الناس .

أدجيل التعديلات اللازمة

كن مستعداً لتعديل موادك وفقاً لما تتلقاه من اقتراحات .

استخدام وسائل الإعلام

إننا عندما نسمع عبارة « وسائل الاعلام » نميل إلى التفكير في شيء ضخم وجامهيري - صحيفة تطبع في مطابع ضخمة بعاصمة البلاد أو إذاعة تصل للملايين المستمعين أو برنامج تليفزيوني منتج بتكاليف باهظة . ولكن لا يلزم أن تكون وسائل « الإعلام » وسائل « كبيرة » . فتوجد في أماكن كثيرة صحف تقدم مدناً ومناطق ريفية صغيرة . وهناك مدن صغيرة كثيرة لها محطات إذاعية محلية . وصحيح ، بالطبع ، أن القراءة ليست في مقدور كل شخص ، وأن أناساً كثيرين لا يملكون جهاز راديو . ولكن الأعداد التي تصل إليها هذه الوسائل في تزايد كل عام . وهذه الوسائل فوائد عظيمة عندما تستخدم كجزء من خطة التواصل الصحي .

- فيمكنها الوصول إلى اناس كثيرين سريعا . إن هدفنا هو « توفير الصحة للجميع » ولايستطيع أي عامل صحي أو فريق صحي مهما بذل من جهد أن يصل إلى جميع الناس بالتواصل المباشر بين شخص وآخر .
- وهي قابلة للتصديق ، فإذا قرأ الناس شيئا في صحيفة أو سمعوه في الراديو ، فإنهم ينزعون إلى الاعتقاد بأنه ليس حقيقيا فحسب بل هاما أيضا . وهذه هي الحال ، بصفة خاصة ، عندما يكون المتحدث شخصا له مكانة ويتمتع بالاحترام - مسؤولا حكوميا أو طبيبا مشهورا مثلا .
- ويمكننا تقديم التذكرة والتعزيز في تواتر متصل . فالرسائل الإذاعية المتكررة في برنامج طويل الأجل للتشجيع على الرضاعة الطبيعية ، مثلا ، تساعد الأمهات على تذكر أسباب أهمية ذلك لصحة أطفالهن .

العمل مع وسائل الإعلام على مستوى المجتمع

باعتبارك عامل صحي في قرية ريفية أو في جوار الحضر ، ربما تعتقد أن وسائل الإعلام قليلة النفع لك . وهذا ليس صحيحا بالضرورة . فيمكن لهذه الوسائل أن تزيد من قوة البرنامج التثقيفي إلى درجة تحتم عليك أن تستكشف كل إمكانية للعمل معها :

قم بالتحرري عن وسائل الإعلام في منطقتك

إذا كان الناس في مجتمعتك يقرأون صحيفة ، فما هي الصحيفة التي يقرأونها ، حتى ولو كان قليلون فقط هم الذين يقرأون الصحف ، فالمرجح أن يكونوا هم أصحاب الرأي . أين تطبع هذه الصحيفة ؟ وإذا كانت تطبع في بلد قريب ، فمن هم الذين يكتبون أخبار منطقتك ؟ وهل يوجد من يكتب عن الصحة ؟ وهل من شأن هؤلاء الناس أن يتحموا بمقال أو خبر عن حدث صحي محلي ؟

اسأل هذا النوع نفسه من الأسئلة عن الإذاعة . ما هي البرامج التي يستمع إليها الرجال أو النساء ، وما هي المواعيد اليومية التي يستمع فيها غالبية الناس ؟ وهل تأتي جميع البرامج من العاصمة ؟ وهل توجد منظمة عن الصحة ؟ وإذا كانت هناك محطة إذاعة في منطقتك أو على مقربة منها ، فهل ترحب بإذاعة جدولك الخاص بمواعيد التطعيم مطلقاً ؟

كن على علم بتغطية وسائل الإعلام للشؤون الصحية

إنك تستطيع دائما استخدام وسائل الإعلام في برنامجك التثقيفي ، حتى لو وجدت أنك غير قادر على استخدام الإذاعة أو الصحف لرسائلك . ولكي تفعل هذا بفعالية ينبغي لك أولا أن تكون على علم بالموضوعات الإخبارية المتصلة بالصحة التي تغطيها هذه الوسائل .

ولكن متيقظا بصفة خاصة في حالة الصحف ، للتقارير الإخبارية التي يدلي فيها رئيس بلدك أو وزير الصحة ببيان متعلق بالصحة . فهذا يحدث مرارا أكثر مما تظن . فإذا أعلن الرئيس عن حملة وطنية ضد شلل الأطفال مثلا ، فقص الجزء الذي به المقال من الصحيفة وعلقه في مكان بارز ، وهىء نفسك للإجابة عن الأسئلة التي تدور حوله . واستخدم المقال ليكون الأساس الذي يركز عليه اجتماع لجنة المجتمع أو اللجنة الصحية الذي يعقد لبحث هذا الموضوع .

إن محطات الإذاعة غالبا ما تطيع برامجها أو مواعيدها أو تعلن عنها مقدما . فإذا وجدت أن هناك برنامجا عن الصحة معد ليناع في موعد ويوم معينين ، فادع مجموعة من الناس للاستماع إليه معا ومناقشة الموضوع بعد ذلك . ومرة أخرى ، هىء نفسك للإجابة عن الأسئلة . وهذه « الاجتماعات الإذاعية » هي الطريقة المثلى للجمع بين فوائد التواصل على المستوى الشخصي من شخص لآخر والتواصل بوسائل الإعلام .

الطرق والوسائل

الأحداث الصحية

الغرض منها

الطريقة الطبيعية لتوصيل الرسائل إلى الناس هي التحدث معهم . وفي مجال التثقيف الصحي هناك فرص كثيرة للتحدث مع الناس . وقد تُجري الحديث مع شخص واحد أو مع عائلة أو مع مجموعة صغيرة أو مع جمع غفير من الناس محتشدين . ولقد كانت الأحداث عن الصحة ومازالت هي أكثر الطرق الشائعة لمشاركة الناس المعارف والحقائق الصحية . وغالبا ما يستخدم الناس هذه الطريقة التثقيفية بمفردها . إلا أن الحديث وحده أشبه مايكون بإسداء النصيحة . وكما رأيت في الفصلين الأول والرابع فإن إسداء النصيحة يختلف عن التثقيف الصحي .

ولجعل الحديث أكثر تنقيفاً يجب الجمع بينه وبين طرائق أخرى لاسيما المُنَيِّنات
الصبرية مثل ، المصصقات ، والشرائح ، واللوحات الوبرية . كما يلزم ربط الحديث بالبيئة
المحلية عن طريق استخدام بعض الوسائل مثل الأمثال الشعبية . ولا بد من إثارة اهتمام
الناس وتأثرهم عن طريق الاستعانة بالمناقشات والأغاني ، وربما تمثيل الأدوار والعروض
الإيضاحية .

حجم الجماعة

تُوجَّه الأحاديث عادة إلى مجموعات صغيرة من الناس ولو أنها تقدم أحياناً لمجموعات
أكبر كثيراً . فالحديث المذاع بالراديو مثلاً يمكن أن يصل إلى كل فرد في البلاد .



إذا أعد الحديث عن الصحة إعداداً جيداً وقُدِّم بطريقة مُثَبِّقَة ، فإنه يكون طريقة فعالة لمشاركة
الناس الحقائق والمعارف الصحية ..

المشاركة

إن إحدى مشكلات استخدام الأحاديث هي أنه كلما كبر حجم الجماعة قلت
المشاركة والمناقشة . والمناقشة ضرورية فهي تتيح للناس طرح الأسئلة ومشاركة الأفكار

واستيضاح الرسالة الحقيقية للحديث . وهذا أمر ميسور في المجموعات الصغيرة التي يتراوح عدد أفرادها بين خمسة وعشرة أشخاص . وأما في الجماعات الكبيرة فتتضاءل الفرصة أمام الشخص لطرح سؤاله . كما أن بعض الناس في الجماعات الكبيرة ينصرفون بعد انتهاء الحديث وأفكارهم مشوشة . وإحدى الطرق لحل هذه المشكلة هي أن تمتك بعض الوقت بعد انتهائك من الحديث حتى يأتيك الناس فرادى لتوجيه أسئلتهم .

فيما يتعلق بالأحاديث الإذاعية فليس في الإمكان توجيه أسئلة للمتحدث . ويمكن حل هذه المشكلة بمقد اجتماع إذاعي لهذا الغرض (انظر الصفحة ٢٧٩) . كما أن المشاركة والمناقشة يساعدانك على التعلم أيضاً . فتعرف إلى أي مدى يمكنك أن تجيد التواصل Communication . فإن فهم كثير من الناس مآثره من نقاط فأنت إذن متحدث مجيد . وإن لم يفهموا فحاول أن تتعرف الأسباب ، ثم حاول أن تفعل ما هو أفضل .

ولانقبل الصمت وتفسره على أنه موافقة أو فهم واطرح الأسئلة لتؤكد مما إذا كان الناس قد فهموا ما تناولته من نقاط .

إعداد الحديث

يجب مراعاة النقاط التالية بعناية عند إعداد الحديث :

إعريف الجماعة

تعرف على احتياجاتها واهتماماتها .

اختر موضوعاً مناسباً

يجب أن يكون هذا الموضوع موضوعاً واحداً وبسيطاً . فالتغذية مثلاً موضوع شديد الاتساع . وقد يستغرق الحديث عن كل جوانب التغذية أسابيع عديدة . لذا يمكن تجزئة موضوع التغذية إلى موضوعات بسيطة ، مثل الرضاعة الطبيعية أو أغذية الفطام أو الأغذية البينة للجسم ، أو الاحتياجات الغذائية لكبار السن ، أو طرق الطهو التي تحفظ القيمة الغذائية ، إلى غير ذلك من الموضوعات .

أحصل على المعلومات الصحيحة والحديثة

راجع كتبك واستشر الناس المرجعين (ربما المشرف عليك) لتحقيق من صحة جميع الحقائق .

أعد قائمة بالنقاط التي ستاوها

يجب الاختصار على بضع نقاط رئيسية . فإن حدثت الناس عن موضوعات كثيرة جداً فإنهم قد ينسون ماقلته .

ذوّن ماسوف تقوله

إن كنت لاتميل إلى الكتابة ففكر بعناية فيما تضمنه حديثك ، فكر في أمثلة وقصص تستعين وتستشهد بها لتأكيد ماقرمي إليه .

فكر في المعينات البصرية

فالمصقات والصور الخ .. التي تختار بعناية تساعد الناس على التعلم .

تمرّن على إلقاء الحديث بأكمله

ويجب أن يتضمن ذلك سرد القصص وعرض المصقات والصور .

كم دقيقة يستغرقها حديثك ؟

يجب أن يستغرق حديثك وما يتضمنه من معينات بصرية ، مدة تتراوح بين ١٥ و ٢٠ دقيقة . ويلزم أن تسمح بخمس عشرة دقيقة أخرى إضافية تُخصص للمناقشة وللأسئلة . فإن كان الحديث أطول من اللازم قد يشعر الناس بالملل والقلق .

عمل الترتيبات

كما سبق أن ذكرنا فإن التنظيم الجيد يقتضي أن تُولي كثيرا من التفاصيل اهتمامك .

أين ستلقي الحديث ؟

هل المكان بعيد عن الضوضاء ؟ وإذا كان في موسم الأمطار فهل المكان مسقوف ؟
هل يتسع لاستيعاب الجماعة بأكملها ؟ وهل هناك مقاعد تكفي لمن يحتاجها ؟ وهل
المكان من الصغر بحيث يسمح للناس الجالسين في المؤخرة بأن يسمعوا ويروا ؟ هل
يستطيع الجميع الوصول إلى المكان بسهولة ؟

ما موعد اللقاء الحديث ؟

اختر الوقت الذي لا يكون فيه لدى أعضاء الجماعة مشاغل أخرى . وتجنب الوقت
الذي يتعارض مع حدث آخر في المجتمع .

ومن الممكن أن يكون الحديث جزءاً من أحد الاجتماعات المنتظمة لطيفة دينية أو
اجتماعية أو غيرها في المجتمع . فابحث عن تلك الاجتماعات . ولا تتجاوز الوقت الذي
تسمح به الجماعة لك ، فقد تكون لديهم أعمال هامة أخرى لا بد أن ينجزوها .

الأمثال

الأمثال Proverbs أقوال مأثورة قصيرة عن الوجدان العام ، ويتوارثها الناس جيل
بعد جيل . وهي تنبع من خبراتهم في كل ثقافة ، وشأنها شأن النصيحة فإنها تحض على
أفضل السلوكيات .

وبعض الأمثال صريحة واضحة المعاني وبعضها الآخر مُعقّد ويحتاج إلى تدقيق السمع
وال تفكير لفهم معناه . وهاك بعض الأمثال من أحد البلدان الأفريقية . أنظر ما إذا كنت
تستطيع فهم معناها :

(أ) لا تشغل بمعالجة السعفة وتنسى الجُلَام .

(ب) قد يملك الشاب من الثياب الجديدة عدد ما يملكه الشيخ . ولكن أنى له أن يقتني
مثل ما لدى الشيخ من حلل عَقْها الزمن .

(ج) تشكو الدجاجة الدرد مع أنها تشرب الماء وتبلع الحجر ، فهل يأكل الكبش
حديدية رغم أسنانه الحديدية ؟

الفرض منها

الفرض من الأمثال proverbs هو تعزيز أو توضيح أمر أساسي عن الصحة تريد توضيحه .

اكتشاف الأمثال المحلية

لعلك الآن تلم بكثير من الأمثال الشائعة في القرية أو المجتمع الذي تعمل فيه . وإن لم تكن لك دراية بها ، فإن أفضل طريقة لتعلمها هي التحدث مع كبار السن الذين قد يساعدونك أيضاً في برنامجك التثقيفي لأنهم دائماً يتلذذون بترديد الأمثال .

استخدام الأمثال في التثقيف

يمكن الجمع بين الأمثال وبين الأحاديث ، والعروض الإيضاحية demonstrations ، والنقص ، والتمثيلات . كما يمكن عرض الأمثال على المصقات أو مع الرسوم المتابعة . فكّر في استخدامات أخرى للأمثال . إن الناس شديداً يهتمون بالأمثال . فإن استخدمت هذه الأمثال بفهم صحيح لمعانها فإنك تترك فيهم الانطباع بأنك ملم بتقائهم وفاهم لها . وحيث إن الأمثال مألوفة لدى الناس فإنهم قد يلتزمون باتباع ماتعمله من نصائح صحيحة .

هاهي معاني الأمثال الثلاثة السابقة .

(أ) المثل الأول : حاول أن تحل المشكلات الأشد خطورة أولاً .

(ب) المثل الثاني : يتمتع العجوز بخبرات أكثر من الشاب .

(ج) المثل الثالث : بعض الناس لديهم ما يحتاجون إليه ، ومع هذا فهم لا يفتنون .

والمثل الأول يمكن أن يكون مفيداً أثناء التحدث مع الأمهات الحنن على إحضار أطفالهن إلى العيادة حين يمرضون بدلاً من انشغالهن بأعمال أخرى .

والمثل الثاني يمكن أن يحض الشباب على إحترام والديهم المسنين ورعايتهم .

وأما المثل الثالث فإنه يذكر الناس بأن يكونوا واقعيين حين يخططون للمشروعات .

إن كنت مع مجموعة من العاملين الصحيين أو العاملين في تنمية المجتمع فاطلب من كل منهم أن يأتي بمثل شعبي . ناقش كلاً من هذه الأمثال وكيف يمكن استخدامها في توصيل الأفكار الصحية .

الأساطير

الأساطير fables قصص خيالية تروى للأطفال منذ أجيال عديدة . وعادة ما تكون شخصياتها من الحيوانات .

الغرض منها

المفروض إن أفعال شخصيات الأساطير تعلم الأطفال طرقاً صحيحة للسلوك . كما أنها تبين للبالغين القيم التي لها أهميتها في المجتمع .

حجم الجماعة

يمكن استخدام الأساطير مع الأفراد أو الجماعات الصغيرة . كما يمكن استخدامها في البرامج الإذاعية حتى تصل إلى عدد كبير من الناس .

نموذج من الأساطير

كثيراً ما تذكر السلحفاة في الأساطير . والأطفال يصفون دائماً إلى هذه القصص بأذان واعية ليرفوها ما إذا كانت السلحفاة ستحل المشكلة التي تدور حولها الأسطورة .

كانت السلحفاة والجدي صديقين حميمين . وكانا متحدين على السور معاً مسافات طويلة . وفلت يوم وبينما هما سائران ، قال الجدي للسلحفاة : « تشتهي نفسي غداء شهياً ، فها نبحت عن شيء من الطعام » . ووافقت السلحفاة وبدأ الإثنين يبحثان . وسرعان ما اكتشفت أنهما رائحة طعام لم يستطيعا مقاومتها . وظلاً يتبعان مصدر الرائحة حتى وصلا إلى عرين الأسد . ولم يكن الأسد وقتذاك في بيته . فقالت السلحفاة لصاحبها الجدي ، إني نحت للعين باباً خلفياً ، فها تدخل منه هاتين ، فتأكل ما شئنا من الطعام هاتين ، ثم تتسلل خارجتين قبل أن يكتشفنا صاحب العرين . وهكذا تقلنا معا إلى البيت . فوجدنا في داخله مائدة وطاب . وبدأ يأكلان ويشربان . وبطريق الأحاديث يسمران ويلهوان . حتى أبصرا

ملك الغاب قادما من ميد يسقه زئير كأنه وعيد . فاطلقا إلى الباب الخلفي من جديد ، هربا من سوء المصير . وكانت السلحفاة تطعمها قنوعة فلم تأكل من طعام الأسد إلا القليل وهكذا تسربت من باب النجاة في غير عناء . أما الحدي فقد كان أكرولا وظل يهبّ من الطعام والشراب عباً حتى امتلأت معدته واضمح بدته وانحسر في باب الخروج ولم يتمكن من الهروب . وحاولت صديقته السلحفاة أن تنزله إلى الخارج ولكنها لم تنجح .

وكان الأسد جالما عندما وصل إلى عرينه . واحتاج عندما رأى ما حدث لطعامه ، وتلفت فرأى الحدي السمين يحاول الهرب . فما كان منه إلا أن جذبته بقيضته القوية فأصحب في لحظة خاطلة طريتا بين عقالب الأسد وأنيابه . وفي ذلك الوقت كانت السلحفاة قد فرت ميّدا . وتعلّمت السلحفاة أن محاميا كانت بسبب عدم إفراطها في الأكل . وتعلّمت أيضا أن الأسد كان لولي طعامه . فقررت ألا تعود أبدا إلى أخذ طعام الآخرين .

من هذه الأسطورة يتعلم الأطفال أن لا يسرقوا وأن لا يكونوا نهمين .



يمكن تعلّم الكثير من الأمثال المفيدة من خلال التحدث مع كبار السن الذين في مقدورهم أن يقدموا أيضاً الكثير من المعلومات عن تاريخ المجتمع وثقافته ومشاكله .

الفائدة التعليمية

يمكن أن تستفيد من الأساطير عندما تتحدث إلى مجموعات صغيرة من الأطفال . وهي مفيدة أيضا في التثقيف الصحي للآباء . وعندئذ يتمكن الوالدان من سرد هذه القصص على أطفالهما . وعقب الانتهاء من الحكاية عليك دائما أن تناقشها مع

يستمتع إليك . وأن توجه إليهم أسئلة مثل : لماذا أكل الجدي طعام الأسد ؟ هل كان هذا التصرف سليماً ؟ لماذا افترس الأسد الجدي ؟ هل كان الدرس الذي تعلمته السلحفاة في النهاية صائباً ؟ وعن طريق تشجيع الناس على التفكير في الأساطير ومناقشتها ، يمكنك أن تساعدكهم على التعلم . وأطلب من المستمعين أن يقصّوا عليك بدورهم مافي جعبتهم من قصص مماثلة . واسألهم إذا كانوا يستطيعون تأليف أساطير تتعلق بالصحة .

إن الأساطير fables المستخدمة في التنظيف الصحي من شأنها أن توضح كيف يؤثر السلوك في الصحة . كما أنها تبين أي السلوك يرتقي بالصحة وأنها يضر بها . وينبغي أن تشرح الأساطير أسباب اختيار السلوكيات الصحية . ويتعين عند الانتهاء من سرد الأسطورة أن تكون أصلح السلوكيات بالنسبة للصحة واضحة في أذهان الجميع .

نموذج من الأساطير المستخدمة في التنظيف الصحي

فيما يلي أسطورة تم تأليفها للأطفال لتوضح لهم أهمية تنظيف أسنانهم بانتظام . وشخصيتا القصة حصان و كلب . فعندما تقوم أنت بتأليف أسطورة اختر حيوانات يرفها الأطفال في مجتمعك .

كانت عادة الحصان والكلب أن يتنولا طعامهما معاً في المساء بعد كل يوم عمل شاق . وبعد تناول الطعام كان الحصان يذهب مباشرة للنوم بسبب انهماكه . وكان الكلب أيضاً يشر بالصبح ، ولكنه كان ينظف أسنانه قبل أن يخلد إلى النوم . وذات مساء سأل الحصان الكلب « لماذا تنالوم على تنظيف أسنانك ؟ لماذا لا تنام مبكراً مثل حتى تستريح وتستعد لعمل الصباح ؟ » فأجابه الكلب قائلاً « إن تنظيف أسناني يقويها . ومن الضروري أن تكون للكلاب أسنان قوية لضخ العظام وحراسة المنازل من الحيوانات الشرسة . » واكفى الحصان بالضحك وذهب للنوم كمادته .



وذاث يوم أحضر صديق إلى الحصان بعض التفاحات الصلبة وكان الحصان مولماً بالتفاح . وقرر أن يحتفظ بهذه التفاحات حتى ينتهي من المشاء . وفي تلك الليلة وعندما كان الكلب مسترخياً في فركشة العظام ، بدأ الحصان يأكل تفاحاته . وبعد أول قضمة منها سمع في فمه طعنة عالية ، وأحس بالألم الشديد وبدأ في الصهيل والمويل .

وسارع الكلب ليرى ما أصاب صديقه . فوجد بجانب التفاحة الملقاة على الأرض إحدى أسنان الحصان . وناشده الحصان صائحا « هلا أرجعت سني إلى مكانها ؟ أريد أن تعود أسناني قوية من جديد » . ولسوء الحظ كان قد سبق السيف القتل فققد الحصان سنه ولم يسعفه صديقه في إعادها إلى ما كانت عليه .

وبعد الفراغ من سرد مثل هذه الاسطورة ، ينبغي أن يسأل العامل الصحي الأطفال أسئلة كهذه : لماذا سقطت سن الحصان ؟ لماذا كانت أسنان الكلب من القوة بحيث تجعله يعض العظم ؟ هل تود أن تكون مثل الحصان أم مثل الكلب ؟ ماذا يمكنك فعله لتضمن بقاء أسنانك قوية متينة ؟

ويمكن تشجيع الأطفال على رسم صورة مثل الموضحة أعلاه لتساعدهم على تذكر ماتعلموه .

ماهي الأساطير التي سمعنا وأنت طفل ولا تزال تذكرها ؟ ماهي الأساطير fables التي يتألفها الناس في المجتمع الذي نعمل فيه ؟ هل يتصل بعضها بالمسائل الصحية ؟

نحدث مع كبار السن في المجتمع لتعرف المزيد من الأساطير المحلية . حاول أن تقوم بتأليف أساطير تتعلق بالتنظيف الصحي بشأن المشكلات الصحية الشائعة بين أطفال مجتمعتك . وابدأ بحكاية هذه الأساطير لعدد قليل من الأطفال لرى ما إذا كانوا قد فهموا مغزاها أم لا . وهذا هو الاختيار المبدئي . وبعد أن تُجرى عليها التعديلات اللازمة ، يمكنك أن تستخدمها ضمن برنامجك للتنظيف الصحي .

القصص

غالباً ما تُروى القصص stories عن الأعمال الباسلة التي قام بها أسلاف القرية وأبطالها . وقد يستعيز رجل مسن عن نقد سلوك شاب برواية قصة يوضح بها

مقصده . وربما يبدأ الحديث قائلاً « أذكر منذ عدة سنوات أنه كان هناك شاب في مثل سنك تماماً ... » وبعد ذلك يستطرد في وصف ما فعله ذلك الشاب فتتجت عنه المتاعب . وقد تكون القصص طريقة من طرق سرد الأحداث الهامة أو الشيقة التي حدثت في القرية . ومن ثمّ فيمكن للقصص أن تُسلي الناس وتعلمهم التاريخ ، وتشر الأبناء والمعلومات وأن تكون هي ذاتها دروساً وعبراً تُلقّن عن السلوك .

الغرض منها

يمكن الاستعانة بالقصص stories في تقديم الأفكار والمعلومات ، وفي تشجيع الناس على النظر في مواقفهم وقيمهم ، ومساعدتهم على تقرير طريقة حل مشكلاتهم .

حجم الجماعة

يمكن أن تحكي القصص لفرد واحد أو لجماعات صغيرة أو كبيرة . كما يمكن تقديم القصص عن طريق الإذاعة لتصل إلى المجتمعات أو الأقاليم أو حتى إلى بلدان بأكملها .

خصائص القصة الجيدة

يجب أن تكون القصة قابلة للتصديق . ويلزم أن يكون لشخصياتها أسماء . وينبغي أن يكون عمل هذه الشخصيات من نوع أعمال الناس في مجتمع . ويجب أن تكون تصرفات هذه الشخصيات تصرفات طبيعية عادية ، وليست غريبة غير مألوفة . تأكد من أنك لا تذكر في قصصك أسماء أناس حقيقيين في مجتمعك ولا أوصافهم . فإن فعلت ذلك في قصصك واستمعوا إليها فقد تسبب لهم الحرج أو تثير في أنفسهم الغضب . ويجب أن تكون القصة قصيرة . وإلا أحس الناس بالملل . وربما ينسون بعض أجزاء القصة . فحسبك خمس أو عشر دقائق على الأكثر .

و يجب أن تنتهي القصة بمغزى واضح تماماً إذ يجب أن يتضح في أذهان الناس ماهو التصرف الصحيح وماهو التصرف الخاطيء .

اجتنب ذكر عبارات التحقير والكلمات القاسية في القصة . فإن قلت مثلاً : « إن هذه الأم الحمقاء لم تحضر إبنها إلى العيادة في الوقت المحدد » فان بعض الأمهات قد يشعرون بالامتناع ، إذ ربما لم يكن قد أحضرن أطفالهن إلى العيادة في الوقت المحدد

أيضاً . وقد لا يستمعن إليك مرة أخرى . انصبر على وصف تصرفات أشخاص القصة . ودع المستمعين يتوصلون إلى أحكامهم بأنفسهم . وإذا أجدت سرد القصة فسوف يصلر الناس أحكامهم عليها بطريقة صائبة .

واعقب القصة دائماً بمناقشات وأسئلة . ولا تخبر مستمعيك برأيك عن من أحسن صنعا . بل أطلب منهم أن يدلوا بأرائهم الشخصية . فإن تشجيع الناس على التفكير في القصة ومناقشة وقائمه المختلفة التي أثرت فيهم ، سوف يزيدهم علماً .

نموذج من القصص

السيدة عائشة امرأة مشغولة دائماً ، إلا أنها تحاول أن تبذل قصارى جهدها في سبل أولادها . إنها خياطة . وهي تنفق الأموال التي تكسبها على شراء أفضل مانتستيم من الطعام وغيره لأطفالها . وفي العام الماضي اشترت كلة (ناموسية) لأطفالها . والآن ينام أطفالها آمنين مطمئنين في الليل . ولما كانوا الآن يمدحون عن لدغات البعوض ، فلم يمدحوا بصاؤون بالحمى كما كانت حالهم من قبل . ونتيجة لذلك زادت سعادة الأطفال ووالديهم على السواء .

وللسيدة عائشة ولد نبيه اسمه عمر . وهو متفوق في مدرسته ، الأمر الذي يفخر به والدها ولعمري أصدقاء كثيرون ، أحبهم إليه فيصل .

وذات يوم تلقى الوالدان خطاباً من بلديهم . فوالدة السيدة عائشة مريضة جداً والمائلة ترغب في حضورها وزوجها إلى البلدة في الحال . وسأل عمر عما إذا كان في مقدوره أن يظل مع صديقه فيصل أثناء غياب أبويه . ووافق والدها على ذلك .

وبعد أن أقام عمر بضعة أيام مع فيصل ، اكتشف أن والدته فيصل ليست كأهم ، إذ أنها تملك حانوتاً في السوق . وهي تسهر فيه حتى وقت متأخر من الليل . وكانت لا تعطي للأولاد إلا قليلاً من المال ليشتروا به ملابزمهم من الأرز والقول .

ولم يكن لدى فيصل كلة (ناموسية) . وفي الليل كان هو وعمر يتقلبان بسبب لدغات البعوض . وكانا يتصان في النهار كذلك . وذات يوم شعر عمر بارتفاع في درجة حرارة جسمه . ثم أحس بالبرودة والألم . ولم يتمكن من الذهاب إلى المدرسة بضعة أيام . وعادت السيدة عائشة وزوجها ليجدا إلتئما وقد ألم به المرض ، فأخذاه إلى المركز الصحي . وعندما شفي من المرض شكر أمه وطلب منها أن تتحدث مع والدته فيصل بشأن إعطاء مزيد من العناية لابنها .

ولماذا يلى بعض الأسئلة للمناقشة . لماذا أصيب عمر بالحصى ؟ ولماذا كان متقوقاً في المفروسة ؟ على أي وجه يمكن أن تتفق الأم ما تكتسبه من مال ؟ ماهي النصيحة التي يمكن أن تسديها السيدة عائشة إلى أم ليهل ؟ كيف تقدم السيدة عائشة النصيحة إلى تلك الأم بطريقة لاثير فعلياً ؟

إذا كانت الرداء (للاريا) مرضاً شائعاً في منطقتك ، فقص هذه القصة على الأمهات في مجتمعك . وبدل الأسماء والمهن الموجودة في هذه القصة ليزيد من تصديق الناس للقصص . والآن عليك بتأليف قصص تتناول المشكلات الصحية الشائعة من حولك .

دراسات الحالات

إن دراسات الحالات case studies شبيهة بالقصص في ناحية من النواحي فيما عدا أن دراسات الحالات تمثل خبرات من واقع الحياة . فهي تركز على حقائق وتعرض الأحداث كما حدثت في الواقع . والتفاصيل عن كيفية كتابة واستخدام دراسة الحالة واردة في الصفحات ١٦٨ - ١٧٣ من الفصل الخامس مع نموذج من دراسات الحالات .

العروض الإيضاحية

إن العروض الإيضاحية demonstrations أسلوب جذاب لمشاركة المعرفة والمهارات وهي تتضمن مزيجاً من التعلم النظري والتطبيق العملي يبعث فيها الحياة . ولمعرفة التفاصيل عن كيفية إعداد وعرض إيضاحي أو سلسلة من العروض الإيضاحية أنظر الصفحات ١٦٤ - ١٦٨ من الفصل الخامس .

الملصقات

الملصق poster هو رقعة كبيرة من الورق ، عرضها ٦٠ سم وطولها ٩٠ سم عادة وعليها كلمات ، وصور أو رموز تنقل رسالة إلى من ينظرون إليها . وتستخدم الشركات التجارية الملصقات على نطاق واسع للإعلان عن المنتجات وتدعيم الرسالة التي تنقلها أجهزة الإعلام الأخرى .

الغرض منها

يمكن استخدام المصقات استخداماً فعالاً في ثلاثة أغراض :

- تقديم المعلومات والنصائح .
- التزويد بالتوجيهات والإرشادات .
- الإعلان عن الأحداث الهامة والبرامج .

حجم الجماعة

يمكن أن تكون الجماعة صغيرة أو كبيرة . وقد تشمل المجتمع بأسره . وفي بعض الأحيان قد ترغب في استخدام المصقات مع الأفراد . فإن كنت تقوم بإبداء المشورة لشخص ما في العيادة ، أو في المدرسة أو في مكتبك ، وكانت هناك ملصقات على الحائط تتصل بمشكلة ذلك الشخص ، فبإمكانك توجيه نظره حتى ينظر إليها .

محتواها

هناك عدد من القواعد التي ينبغي مراعاتها عند تصميم المصقات :

- يجب أن تكون ألفاظ المصق كلها باللغة المحلية .
- ويجب أن تكون كلماته قليلة وبسيطة .
- ويجب استخدام الرموز التي يمكن للأمين أيضاً أن يفهموها .
- ويجب أن تستخدم الألوان لجذب الانتباه .
- خصص فكرة واحدة لكل ملصق poster ، فتزاحم الأفكار يجعل منظر المصق مشوشاً فيختلط الأمر على الناس . فإن كانت لديك أفكار كثيرة تريد أن تنقلها إليهم فاستخدم أسلوب اللوحات القابلة flipchart بدلاً من المصق (انظر الصفحات ٢٥٤ - ٢٥٨) .

وينبغي أن تحتوي المصقات التي تعلق عن أحداث معينة على البيانات التالية :

- اسم الحدث .
- تاريخ الحدث وموعده .

- مكان الحدث .
 - أسم الهيئة المشرفة على الحدث .
- وينبغي أن يكون حجم الملصق من الكبر بحيث يتمكن الناس من رؤيته بوضوح .
وإن كنت تستخدم الملصق مع جماعة ، فتأكد من أن الموجودين في المؤخرة يمكنهم رؤيته بوضوح أيضاً .

اختيار مكان الملصقات

- ضع الملصق في مكان يمكن للناس رؤيته :
- ضع الملصقات في أماكن يربح أن يطررها أناس كثيرون (الأسواق وقاعات الاجتماعات) .
 - استأذن قبل أن تعلق الملصق على حائط منزل أو بناء .
 - تعتبر بعض الأماكن والمباني والأحجار والأشجار مقدسة أو ذات أهمية خاصة عند بعض الناس ، فإياك أن تعلق الملصقات عليها ، فقد تثير بذلك غضبهم ، وعندئذ لن يتعلموا شيئاً من ملصقتك .
 - لا تترك الملصق معروضا أكثر من شهر واحد ، وإلا مله الناس وبدأوا في تجاهله ، وداوم على تغيير الملصقات للحفاظ على اهتمام الناس بها ، وعندما تنزع الملصقات القديمة ، احفظها إن كانت في حالة جيدة ، وإذا كان الملصق ممزقا وبالياً ، فضلص منه بالقائه في سلة المهملات لتكون أسوة حسنة للناس في النظافة .

أين تمهد الملصقات

إن وزارات الصحة ، والتعليم ، والإعلام والهيئات الطوعية وبعض الشركات الخاصة قد تكون لديها ملصقات جاهزة يمكنها أن تعطيها أو تعيرها لك . وقبل أن تستخدم هذه الملصقات اخترها مبدئياً لتأكد من أنها ستكون مجدية في مجتمعتك .

ويمكنك أن تقوم وأفراد مجتمعتك بتصميم ملصقاتكم . وقد يكون في إمكان مطابع الوزارة أو المطابع الخاصة في البلدة أن تطبعها . إحسب تكلفة الطباعة قبل أن تقدم على

ذلك . ويؤثر في هذه التكلفة كل من حجم الملصق وعدد ألوانه ألوانه المشورة دار الطباعة بشأن أرخص السبل لتصميم الملصق وربما تضطر إلى طلب تبرعات مالية تغطي التكاليف . وإن كانت فكرة الملصق جيدة ، فمضى أن تقوم الوزارة أو هيئة طوعية بطبعها مجاناً ، ولكن عليك ألا تتكل على ذلك . كذلك يمكن أن يتولى المجتمع تصميم وإنتاج ملصقاته مستخدماً المواد والأدوات المحلية . وتخصص بقية هذا القسم لنشرح كيف يمكنك إعداد ملصقاتك البسيطة واختيارها ميدانياً واستخدامها على نحو مفيد .

إعداد الملصقات

إن المواد والأدوات المستخدمة في إعداد الملصقات هي بالأفرخ الكبيرة من الورق في أقلام الحبر ، وأقلام الرصاص ، وأصابع الطباشير أو الشمع ، وأقلام وضع العلامات ، والألوان وفرش التلوين ، والصور الفوتوغرافية ، وصور المجلات القديمة ، والقراء .

قَرر كيف تستخدم الملصقات . فذلك سوف يحدد لك عدد الملصقات التي ستصنعها . فإن أردت أن تستخدم الملصقات كمعينات لك في أحاديثك عن الصحة ،



يمكن للملصقات أن تزود الناس بالأفكار والمعلومات . إن هذه العاملة الصحية قد ثبتت عصا من الخشب في الطرف العلوي للملصق وبذلك يحافظ عليه مدة أطول . كما أنها دعت شخصاً ليحمل للملصق حتى تتمكن من الإشارة إلى الصورة والتحرك بسهولة ويسر .

فإنك لن تحتاج إلا إلى ملصق واحد . أما إذا أردت أن تستخدمها على صعيد المجتمع فإنك سوف تحتاج إلى الكثير من الملصقات . فابدأ بمصر عدد الأماكن التي ستوضع فيها الملصقات . ولا تصنع عدداً كبيراً منها يفوق ما تحتاج إليه ، لأن في هذا مضیعة للجهد والمال .

وابدأ بعمل رسم تجريبي للملصق قبل أن ترسمه على صفحة كبيرة من الورق . وأشرك أفراد جماعتك أو أعضاء اللجنة الصحية في تصميم الملصق . وانسخ منه عدة نسخ لتجري عليها اختباراً مبدئياً قبل أن تصنع الملصق النهائي .

وهناك عدة طرق لرسم الصور على الملصقات . فلعلك تكون أنت أو أحد أفراد الجماعة أو المجتمع ، بارعاً في الرسم أو التلوين . وإن لم يوجد شخص قادر على الرسم ، يمكنك أن تقبل صورة من كتاب أو مجلة باستخدام ورقة شفافة . وهناك طريقة أخرى وهي أن تقص صوراً من المجلات القديمة وتلصقها على الملصق . كما يمكنك لصق الصور الفوتوغرافية كذلك .

أشرك الناس معك في صنع الملصقات . اصنع أمامهم نموذجاً للملصق ، واطلب من أفراد مجتمعك أن يصنعوا المزيد على شاكلته . كذلك يمكنك أن تستعين بتلاميذ المدارس في ذلك . بل ويمكنك عقد مسابقات في إعداد الملصقات مما يثير إهتمام الناس ويساعدهم على تعلم أشياء كثيرة عن الصحة .

الاختبار المبدئي للملصق

لأنك أنت تختبر ملصقك اختباراً مبدئياً لتأكد من أن الناس يفهمونه ويتقبلونه . والملصقات لا تنطق . فإن لم يفهم الناس الملصق فلن يستطيعوا أن يوجهوا له الأسئلة . ولابد أن تطوري الملصقات ، التي تنشرها في القرية أو في البلدة ، على رسالة واضحة كل الوضوح .

استخدام الملصقات بين الجماعات

إن كنت تستخدم ملصقاً مع الجماعة فنبهه مؤقتاً على حائط أو على شجرة أمام الناس حتى يتمكنوا جميعاً من رؤيته . ويمكنك أن تطلب متطوعاً ليساعدك في حمل الملصق . وهذا أفضل ، إذ يمكن للمتطوع أن يطوف بالملصق بين الجماعة حتى يراه الجميع عن كثب .

ولا تتقف أمام الملصق أثناء تحدثك عنه . ولا تحاول أن تقوم أنت بحملة . فإنك إن فعلت ذلك لن تتمكن من توصيل المعلومات بنجاح إلى الجماعة التي تخطبها . ويمكن استخدام الملصقات باعتبارها موضوعاً تدور حوله المناقشة . ولا ترفع ملصقاً ثم تشرع في شرحه في الحال ، بل افعل مايلي :

- أطلب من كل شخص أن يديق النظر في الملصق ، وأعط الجميع الفرصة ليروه بوضوح .
- سل الناس عما يرونه : ما الذي يعتقدون أنه يحدث في الصورة ؟ دعهم يفكرون بأنفسهم .
- إن كانت هناك كلمات مكتوبة على الملصق ، فانظر فيما إذا كان من بين أفراد الجماعة من يستطيع القراءة ، وأطلب منه أن يقرأ تلك الكلمات بصوت مرتفع تسمعه الجماعة .
- أضف إلى هذه الكلمات مالدبك من أفكار أثناء المناقشة .
- التفت إلى الملصق مرة أخرى في نهاية المناقشة ، وسل الناس عما يعتقدونها رسالة هذا الملصق ، فالتكرار والمراجعة مع استخدام الملصق يساعدان الناس على التذكر .

حماية الملصقات وتخزينها

حبذا لو ألصقت قطعة من الورق المقوى خلف الملصق على الأقل في الجزء العلوى منه . فذلك يحفظه من التمزق عند رفعه أمام الجماعة لرؤيته ولا يد من تخزين الملصقات بإحدى هاتين الطريقتين :

- أن تُبَسَّط في خزانة مع وضع صحيفة من الورق النظيف فوقها لحمايتها من الغبار .
- أن تُلَف مع ربط قطعة خيط أو حلقة من المطاط حولها ، وإن علقت في الملصق لافتة صغيرة تحمل عنوان الملصق وموضوعه ، فسوف يمكنك التعرف عليه من دون حاجة إلى بسطه .

تأكد من أنك تحفظ بالملصق جافاً ونظيفاً من الغبار .

المعارض

المعرض display هو مجموعة مرتبة من الأشياء الحقيقية والنماذج والصور والملصقات وغير ذلك من الأشياء التي يمكن أن يشاهدها الناس ويتعلمون منها . ويمكن أن يكون المعرض بسيطا جدا أو معقدا جدا . وتصل المعارض إلى قمة نجاحها إذا استخدمت فيها مواد متنوعة لاجتذاب الناس ، والرسم التالي يبين معرضين تستخدم فيها الملصقات .



تتراوح المعارض بين البساطة الشديدة وبين التعقيد الشديد . وتستخدم المعارض مجموعة من المواد والأدوات التي تضفي عليها جاذبية في أعين الناس وتيسر التعلم .

المعرض

يعد المعرض الناس بالأفكار والمعلومات ، لكن بينا الملتصق يحتوي على فكرة واحدة فحسب فإن المعرض يحتوي على أفكار كثيرة ، إلا أن هذه الأفكار يضمها موضوع واحد مثل « تحسين وسائل الزراعة » أو « كيف تقام مزرعة دواجن » أو « كيف ينمو طفلك » .

حجم الجماعة

تقام المعارض ، عادة في الأماكن التي يترقبها كثير من الناس ويشاهدونها . فيمكنك ، مثلاً ، أن تقيم معرضاً في السوق أو في قاعة اجتماعات المجتمع . ويمكن أن يسير الناس فرادى أو في جماعات داخل المعرض لمشاهدة المعارضات .

المواد والأدوات

يتألف المعرض من أشياء ينظر إليها الناس ويتعلمون منها . ويمكنك استخدام ملصقات وصور وأشياء حقيقية ونماذج . ولعلك رأيت معارض باهظة التكاليف أقامتها شركات وهيئات تستخدم أجهزة عرض الشرائع وأجهزة التسجيل . ولكن مايسئنا هنا هو المعارض البسيطة التي يمكنك أن تعدها بنفسك .

وحيث إننا تحدثنا عن الملصقات والصور في أقسام أخرى من هذا الفصل ، فسوف تقتصر في هذا القسم على دراسة طرق إعداد الأشياء الحقيقية والنماذج المعرض .

الأشياء الحقيقية

الأشياء الحقيقية real objects هي أشياء من الواقع بكل معنى الكلمة . فإن كان موضوع معرضك يدور حول « وسائل تنظيم الأسرة » فعليك أن تعرض وسائل منع الحمل الحقيقية مثل الوسائل الرجمية والحبوب والحواجز والرفال (العازل المطاطي) والرغاوى الموضعية . وإن كان معرضك عن « طعام القطام » ، فعليك أن تعرض أغذية القطام الحقيقية وأدوات إعدادها الفعلية . ولا تترك هذه الأطعمة حتى تفسد .

النماذج

لعلك رأيت أزهاراً من الورق أو القماش أو البلاستيك ، تشبه الأزهار الحقيقية . إنها نماذج . وتستخدم النماذج لأسباب ثلاثة :

- إذا لم تتوافر الأشياء الحقيقية ، فقد تستعمل بعض الفواكه ، مثلاً في غير موسمها . وقد تفسد بعض الأطعمة بسرعة عند عرضها في المعرض . وفي هذه الحالة يمكنك صنع نماذج لهذه الأشياء .

- إذا كان الشيء الحقيقي من الضخامة بحيث يتعذر وضعه في المعرض ، يمكنك أن تصنع نموذجاً مصغراً له ، فسيارة النقل والبئر مثلاً شيقتان كبيرتان لا يمكن عرضهما في المعرض .

- إذا كان الشيء الحقيقي من الضلالة بحيث يتعذر رؤيته ، يمكنك أن تصنع نموذجاً مكبراً له ، فمثلاً كثير من الحشرات صغيرة جداً بحيث لا ترى بسهولة .

ويمكن صنع النماذج من مواد مختلفة . ومن المواد التي يمكن أن تستخدمها لهذا الغرض : الصلصال ، والطين ، والخشب ، والحجر ، والقش ، والورق ، والقماش ، وعجين الورق (انظر مابيلي) .

وعليك أن تكتب على الشيء المعروض أنه نموذج حتى يفهم الناس العرض . عليك أن تذكر أيضاً ما إذا كان النموذج أصغر من حجمه الحقيقي أو أكبر منه . فذلك يساعد الناس على معرفة ما يتوقعونه إن هم رأوا الشيء الحقيقي . وفيما يلي مثال لما يمكنك أن تكتبه أسفل نموذج لبعوضة في معرض عن البرداء (الملاريا) : « نموذج لبعوضة البرداء أكبر من حجمها الطبيعي بحوالي عشرين مرة » .

إن المساعدة في صنع النماذج يمكن أن ترد من كثير من أفراد المجتمع . فالنجار والبناء يمكنهما أن يساعدك في صنع نماذج صغيرة للمنزل ، والآبار والمراحيض . وأطفال المدارس يمكنهم صنع نماذج للفواكه والخضراوات مستخدمين في ذلك الصلصال والعجينة الورقية . كما أن الحياط يمكنه أن يحيك نماذج صغيرة للملابس .

كيف تصنع نماذج من عجين الورق

- ١ - ترقى مجموعة من الصحف القديمة إلى قطع صغيرة في حجم يقر إصبعك المصغر .
- ٢ - انقع قطع الورق في إناء به ماء مدة يوم كامل .
- ٣ - أخرج قطع الورق من الإناء واضغطها لتخرج منها أكبر قدر ممكن من الماء .
- ٤ - اهرس قطع الصحف في هاون مستخدماً يد الهاون حتى تمتزج تماماً .
- ٥ - جفف هذه المادة المهروسة (وقد أصبحت الآن عجين ورق) في الشمس حتى تجف تماماً ، واتركها على جانب بعض الوقت .
- ٦ - اصنع الشكل الأساسي للشيء الذي تريده (فليكن تفاحة أو دجاجة أو موزة ... الخ) مستخدماً الأسلاك ، أو العصي الصغيرة ، أو الميدان الخشبية ، أو الخيوط أو أي شيء في متناول يدك ، وسيكون هذا الشكل هو هيكل للشيء الذي تصنعه .
- ٧ - لف الهيكل بقطع من ورق الصحف الجافة حتى تبدو في هيئة الشيء الذي تقوم بصنعه .
- ٨ - حضّر مصبونا أملساً مستخدماً الماء مع النشا أو دقيق القمح .
- ٩ - ضغّ عجّين الورق المجهّف في وعاء ، وأضف إليه بعضاً من النشا . وامزج العجينة .
- ١٠ - امزج عجّين الورق بالنشا مستخدماً عصا . استمر في إضافة النشا شيئاً فشيئاً وقلّب المزيج حتى تمتزج مكوناته تماماً ، وإذا كان المزيج جافاً أو سائلاً جداً فلف بلتصق بالموذج .
- ١١ - غلّ بعضاً من المزيج المعجون في يدك واكسّ بها هيكل النموذج ، الذي سبق أن صنعته ، حتى يأخذ صورة الشيء الذي تريده .
- ١٢ - اربط عيطاً أو قطعة من القش في أي جزء من أجزاء النموذج ، واسكب النموذج بهذا الخليط وعلقه حتى يجف .
- ١٣ - لوّن النموذج بالألوان المتاحة لك ، وحيناً لو كانت الألوان شبيهة بالألوان الشيء نفسه ، فلا تُلوّن الموز مثلاً باللون الأزرق .

إقامة المعرض

حدد المساحة التي سوف يستغلها معرضك . تختير المعارضات التي تتناسب مع المكان المتاح . ولا تكلم أشياء كثيرة جداً في مساحة ضيقة .

ابحث عما يمكن أن تستند عليه معروضاتك . هل هناك مناظير أو كراسي أو أعمدة أو حوائط ؟ وتختير معروضاتك وفقاً لذلك . فإن لم تتوافر لك سوى الحوائط فربما لا تستطيع عرض نماذج ضخمة أو أشياء حقيقية . وبدلاً من ذلك ، يمكنك أن تعرض صوراً أو ملصقات أو أشياء صغيرة .

رتب معروضاتك ترتيباً منطقياً ومعقولاً . ويمكنك ترتيب المعارضات حتى يعرف الناس ما يشاهدونه أولاً وما يشاهدونه ثانياً وهكذا . فإن كان معرضك يبين خطوات إنشاء بحر مثلاً ، فصنع الصور أو النماذج في نظام مرتب من اليمين إلى اليسار أو من أعلى إلى أسفل ، أو رتبها حسب النظام الذي يسهل على الناس في مجتمعتك أن يفهموه ويتابعوه .

تأكد من أن كل المعارضات مثبتة جيداً على الحوائط أو المناظير . فأنت لا تريد ، بالطبع ، لصورك أو ملصقاتك أو نماذجك أو أشياءك الأخرى أن تسقط على الأرض ، أو تتطاير بعيداً أو يلتقطها الناس .

إحرص على تقديم شرح واضح لكل وحدة من الوحدات المعروضة . ويمكن أن يكون هذا الشرح إما بالكلمات أو الرموز أو الصور . فالمعارض ليست كالعروض الإيضاحية ، إذ أنها عادة ما تترك وحدها . فإذا لم يتوافر الشرح الواضح للمعارضات ، فلن يكون أمام الناس من يطلبون منه العون ليساعدهم على فهم المعارضات .

تخزين المعارضات

ربما تحتاج إلى عرض المعارضات عدة مرات . لذلك إحرص على المحافظة عليها في مكان جاف . وغط النماذج لتحميها من الغبار . وربما تعمل الحشرات على إفساد النماذج المصنوعة من الخشب أو القماش أو العجينة الورقية . فإذا لم تتوافر لك الخزان المناسب لهذه المعارضات ، يحسن بك أن تصنع النماذج من الصلصال أو غيره من المواد القوية .

اللوحات القلابية

تتكون اللوحات القلابية flipcharts من عدد من الملصقات التي تعرض واحدة تلو الأخرى . وبهذه الطريقة يمكن تقديم عدة خطوات أو جوانب لموضوع أساسي معين

مثل « الرقاية من الحروق » أو « كيف تضمد الجروح الصغيرة » . واللوحات القلابة التي تحتوي على صفحات من الورق خالية من الكتابة مفيدة أيضا لتسجيل الأفكار التي تنبع من اجتماعات الجماعة أو المناقشات .

الفرض منها

الفرض من اللوحات القلابة هو الإعلام والإرشاد أو تسجيل المعلومات .

حجم الجماعة

إن خمر استخدام للوحات القلابة هو عرضها على جماعات صغيرة . فهي لأتعلق على صعيد المجتمع كما هي الحال بالنسبة للملصقات .

أين تحصل على اللوحات القلابة

يمكنك الحصول على اللوحات القلابة flipcharts من وزارتك أو من أية هيئة طوعية ، لكن من الأفضل ، عادة ، أن تقوم أنت بصنعها . فإن صنعت لوحات خاصة بك فسوف يفي موضوعها تماماً باحتياجات جماعتك أو مجتمعك .

صنع اللوحات القلابة

تُصنّ الملصقات أو الرسوم الفردية إلى بعضها البعض من أعلى . ويمكنك أن تفكر في طرق شتى لهذا الضم كأن تستخدم الغراء أو الخيط أو أن تدقها بالمسامير أو دبائيس الرسم في لوح طويل من الخشب الرقيق . وحيث إن الرسوم سوف تُعَلَب فرادى أو تُدَار عدة مرات ، فأوصلها بشيء يمنعها من التمزق أو من الانفصال . وإذا توافرت لديك الموارد اللازمة ، يمكنك أن تقطع قطعة رقيقة من الخشب في حجم المعلقات تماماً ثم ألصقها أو ثبتها معاً في أعلى هذا اللوح . ويمكن وضع اللوح قائماً على كرسي . فهذا يُسهّل عليك عرض اللوحات وتقليها واحدة بعد الأخرى .

إن اللوحات القلابة تحكي قصة . وتُقدم في كل رسم أو معلقة فكرة واحدة . وترتّب الصور في نظام يتوافق مع حديثك أو قصتك . وعدد الملصقات المناسب لعمل اللوحات القلابة هو خمس معلقات ، ولكن يمكنك أن تزيد من هذا العدد أو تقلل منه . ولكنك لو عرضت أفكاراً كثيرة جداً فربما لا يذكر الناس منها شيئاً .



كيف تستخدم اللوحات القلابة

يجب أن تناقش كل رسم أو لوحة على حدة مناقشة مستفيضة قبل أن تنتقل إلى مابعد . تأكد من أن كل شخص قد فهم فكرة كل لوحة من هذه اللوحات . وفي الختام عُد إلى الرسوم أو اللوحات مرة أخرى وراجعها مع الحاضرين لتساعدكم على تذكر أفكارها .

ويمكن أن تحصل على أفكار للوحات القلابة عن طريق الاطلاع على الكتب والمجلات المختصة بالصحة .

نموذج من اللوحات القلابة عن غو الأطفال وتطورهم

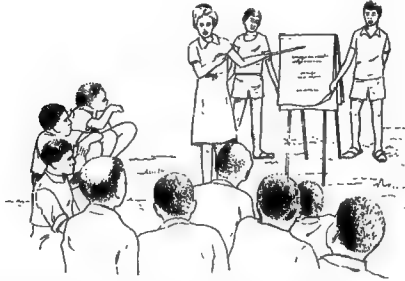
نفرض أنك تريد التحدث مع أمهات الأطفال دون سن المدرسة عن غو الأطفال وتطورهم . عندئذ يمكنك أن تصنع لوحات قلابة مكوّنة من خمس ملصقات كما هو مبين في الرسم التوضيحي . لاحظ أن لكل لوحة فكرة واحدة مستقلة . وأنها تتابع في نظام منطقي ، وأن كلماتها قليلة وبسيطة . وأن الكلمات الهامة أكبر حجماً من غيرها .

أفكار للوحات قلابة عن وقاية الأطفال من العمى

هل يمكنك تأليف صور وكلمات بسيطة للوحات الخمس التالية ؟

- اللوحة ١ - العيون هامة جداً لأطفالنا . ولابد أن نحميها .
- اللوحة ٢ - إبعاد الدباب عن عيون الأطفال يحميهم من العمى .
- اللوحة ٣ - غسل الوجه جيداً ، ولاسيما حول العيون ، يساعد في الوقاية من العمى .
- اللوحة ٤ - وبما بقي من العمى أكل الفواكه والخضراوات الحمراء (مثل الطماطم ، والبرتقال ، وزيت ثمر النخل الأحمر ، والبابايا ، والجوز) والسبانخ داكنة الخضرة وغيرها من الخضراوات الورقية .
- اللوحة ٥ - يمكن أن يتسبب مرض الحصبة في العمى . عليك بوقاية طفلك من الحصبة بالتطعيم . فإن أصيب طفلك بهذا المرض ، فابقه في حجرة مظلمة لتحمي عينيه .

والآن فكر في بعض المشكلات الصحية الشائعة في مجتمك . واتخذ من واحدة منها مثالاً . واستخدم قطعاً صغيرة من الورق لصنع عليها بدلاً من الصفائح الكبيرة واصنع منها لوحات فلابه .



هذه العاملة الصحية تستخدم حاملاً صغيراً أو قوائم لتسند عليها لوحاتها الفلابه مما يحافظ على استقامة الرسوم ويسهل على الجمهور رؤيتها . كما أنها تشرك بعض أفراد الجماعة لمساعدتها في تقديم البرنامج .

اللوحات الوبرية

اللوحه الوبرية flannelgraph لوح مغلف بقماش وبري (نسيج الجوخ) . ويمكن وضع الصور أو العبارات على هذه اللوحه لتمييز رسالتك أو لشرحها بالصور . وعندما نريد حديثاً نريد أن نشرحه بالصور فعليك أن تفكر في شتى الصور ، والعبارات والأشكال التي سوف تحتاجها لعرض موضوعك .

الغرض منها

اللوحه الوبرية تساعد الناس على رؤية للموضوع الذي تتناوله أثناء حديثك رؤية أوضح .

حجم الجماعة

تستخدم اللوحات الورية غالباً مع الجماعات الصغيرة . فاللوحات الورية ، شأنها شأن الملصقات ، يجب أن يراها كل شخص بوضوح ويصعب تحقيق هذا في الجماعات الكبيرة . وإن كان لديك مكتب فيمكنك أن تحتفظ فيه باللوحة الورية ، تستخدمها مع الأفراد الذين يأتون إليك طلباً للمساعدة .

صنع لوحة وربية

إن كنت في حاجة إلى لوحة وربية فربما يقتضي منك الأمر أن تصنعها بنفسك . واللوحة الورية جزئان أساسيان . الجزء الأول هو اللوح المغطى بالقماش . والثاني هو مجموعة من الصور تثبتها في اللوحة .

- ١ - اصنع اللوح أولاً ، وذلك بأن تقطع قطعة من الخشب مربعة الشكل أو مستطيلة بحيث يكون طولها أقل من متر ، ويمكن أن يكون عرضها أقل من طولها .
- ٢ - اشتر ثلاثة أمتار من القماش السميك الخشن الوربي (الجوخ) ، فالقماش الرفيع الأملس لا يؤدي الغرض المطلوب .
- ٣ - ضع متراً من القماش على أحد جانبي اللوح ، وإذا كان للقماش وجهان أحدهما خشن والآخر أملس ، فيجب أن يكون الوجه الخشن هو الوجه الخارجي ، واحتفظ بياقي القماش .
- ٤ - اطيء حواف القماش حول اللوح ، وثبت الحواف بإحكام في ظهر اللوح باستخدام المسامير أو دبائس الرسم أو الفراء ... الخ .
- ٥ - عدلذ يصبح لديك لوح واجهته الأمامية مغطاة بالقماش .
- ٦ - والآن أنت في حاجة إلى صور لتثبتها على اللوحة .
- ٧ - ويمكنك أن تقطع هذه الصور من المجلات أو ترسمها بنفسك ، فابحث عن صور لأشياء منفردة بنظائرها مثل شخص ، طفل ، نوع من الطعام ، مركبة ، شجرة ... الخ .
- ٨ - ويجب أن تكون الصورة في حجم كف يدك تقريباً ، فإن كانت الصورة صغيرة جداً فلن يتمكن الناس من رؤيتها .

- ٩ - كما يمكنك أيضاً أن تقطع الكلمات المطبوعة بحروف كبيرة ، إذ يمكنك أن تضع كلمات كهذه إلى جانب الصور : عائلة ، صحة ، طعام ، خطر ، مساعدة ، وقاية ... إلخ .
- ١٠ - اقطع الصور والكلمات ، واترك حول حوافها إطاراً عرضه في مثل ظفر إصبعك الخنصر .
- ١١ - والآن الصق الصور والكلمات على القطعة المتبقية من القماش بالمعجون اللاصق ، وإن كان للقماش وجهان فاستخدم الوجه الأملس منهما ، وإن لم يكن لديك معجون لاصق أو غراء ، يمكنك أن تصنع ذلك من النشا أو من دقيق القمح والماء . اجعل الصورة مستوية على القماش بحركة بطيئة من يدك .
- ١٢ - اقطع الصورة وما يظهرها من قماش ، ثم قص الإطار الصغير الذي سبق أن تركته لتكون أمامك صورة مستوية الجوانب .
- ١٣ - دع المعجون اللاصق يجف قبل أن تستخدم الصور ، وإلا انفصلت الصور عن القماش .
- ١٤ - حاول أن تضع الصور على اللوحة ، فسوف تجد أن الوجه الخشن الذي على ظهر الصور والكلمات ، يلتصق باللوحة الورية ، وهكذا سوف تثبت صورتك على اللوحة ليراه الجميع أثناء تحديثك إليهم .
- ١٥ - وإن استطعت أن تجد أو تشتري قطعاً صغيرة من القماش الخشن المختلف الألوان ، فسوف يمكنك أن تقص أشكالاً مختلفة ، فأشكال الفواكه مثلاً أو النباتات أو الحيوانات أو المباني يمكن أن تثبت على اللوحة الورية تماماً كما تثبت الصور .
- ١٦ - يمكنك أيضاً إن تلتصق الصور على الجانب الأملس من الورق المصفر ، فيلتصق سطحه الخشن باللوحة الورية .

كيف تستخدم اللوحة الورية

ضع اللوحة الورية flannelgraph على منضدة أو كرسي أو حامل .

ضع جميع الصور والكلمات والأشكال التي ستحتاج إليها على منضدة بالقرب من اللوحة الورية حتى يمكنك أن تراها وتلتقطها بسهولة . ضع القطع بعناية حسب ترتيب استخدامها .

وأثناء تقديمك للحديث ، ضع القطع على اللوحة أو ارفعها وفقاً لما تقتضيه النقاط التي تتحدث عنها . إحرص على أن لا تُدير ظهرك للجمهور ، فممن على أن تستعمل اللوحة وأنت تتجه بجانبك ناحية الجمهور .

وقد تريد ترتيب مجموعة من القطع لتصنع منها صورة واحدة مكتملة . ويمكن أن تبدو هذه الصورة شبيهة بالملصق . فكن دقيقاً في ترتيب الصور واختيار المكان الذي تضعها فيه . فإذا وضعت دجاجة مثلاً فوق رأس رجل ، أو أي شيء غريب كهذا ، فسيضحك الناس ولا يركزون على الرسالة .

شجع الناس على المشاركة . فعندما تعرض فكرة أطلب من أحد أفراد الجماعة أن يتقدم نحوك ويختار الصورة المناسبة ويضعها على اللوحة . وأثناء قيامك بالمراجعة في ختام الحديث أطلب من بعض أعضاء الجماعة أن يستخدموا اللوحة الوبرية لشرح أفكارهم .

تخزين اللوحات الوبرية

يجب الاحتفاظ باللوحة الوبرية ، ذاتها ، جافة ومغطاة ، فإن أصابها البيل أو غلق بها الغبار فقدت القدرة على تثبيت القطع . وأما الصور والقطع والأشكال والكلمات فعليك أن تحفظها داخل مظروف أكياس ورقية . واكتب على ظهر المظروف أو الكيس بيان القطع التي يحتويها . فيمكنك أن تكتب على مظروف مثلاً كلمة « حضراوات »



المشاركة ممكنة عند استخدام اللوحة الوبرية ، إذ يمكن لأفراد الجمهور اختيار الصور والكلمات لوضعها على اللوحة المنظّمة بالتصايش ، وبذلك يتلون أفكارهم عن المشكلة المطروحة للنقاش .

أو « حيوانات » . وهناك طريقة أخرى للاحتفاظ بالقطع وهي أن تضع كل القطع المتعلقة ببرنامج معين في كيس واحد . وعندما تزيد أن تتحدث عن الموضوع ذاته مرة أخرى ، فسوف تتمكن من العثور على كل القطع والصور اللازمة بسهولة . فاكتب عنوان البرنامج على المطروف .

الصور الفوتوغرافية

الصور الفوتوغرافية photographs أداة تعليمية مفيدة . فيمكنها أن تظهر الأوضاع والأشياء كما هي في الواقع تماماً . لكن يجب أن يعتاد الناس النظر إلى الصور الفوتوغرافية حتى يتمكنوا من فهم مامثله .

العرض منها

الصور يمكنها أن تبين للناس أفكاراً جديدة . كما يمكنها أن توضح لهم مهارات جديدة يمكن أن يمارسوها . فاعرض الصور على الناس وناقشهم بشأنها كما تفعل بالملصقات أو باللوحات القلابة . وفي إمكان الصور أن تدعم سلوكاً جديداً وتشجع عليه .

حجم الجماعة

إن خير استخدام للصور الفوتوغرافية هو عرضها على أفراد أو جماعات صغيرة . وذلك لأن الصور صغيرة . كما أن صنع الصور الكبيرة يتكلف الكثير . ومع ذلك فيجب أن تكون الصور من الكيِّر بحيث يتمكن الناس من رؤيتها . فالصورة المساوية لصحيفة من هذا الكتاب أو الأكبر منها قليلاً ، صورة مناسبة . كما يمكن لصق مجموعة من الصور بجمجمة لتشكّل معلقة كبيرة يراها كل أفراد القرية .

أين تجد الصور الفوتوغرافية

إن أرخص طريقة للحصول على الصور هي قصها من المجلات . وأحياناً يكون لدى الوزارات والهيئات الطوعية ملفات تحتوي على صور فوتوغرافية . وربما تقدم هذه الهيئات نسخاً لهذه الصور لتستخدم في البرامج الصحية .

ويمكن أن تستأجر مصوراً محترفاً ليلتقط الصور التي يحتاجها برنامجك . والصور ذات اللونين الأبيض والأسود هي أرخص أنواع الصور تكلفة وهي تناسب معظم

الأغراض إلى حد ما . وفي معظم المدن الصغيرة لا يصنع المصورون إلا الصور ذات اللونين الأبيض والأسود .

معى الصور الفوتوغرافية

هناك بضع نقاط يجب أن تضعها نصب عينيك عندما تقوم باختيار الصور
الفوتوغرافية photograph :

- يجب أن يكون الأشخاص الظاهرون في الصورة وخلفيتهم مشابهين للأشخاص الذين يشاهدونها ، فإن بدت الصورة غريبة عن الناس فربما لا يفهمون الفكرة المقصودة .
- يجب أن تركز الصورة على فكرة واحدة واضحة ، والصور المأخوذة عن قرب أفضل من التي تظهر مناطق شاسعة . فإن كانت الصورة تعرض أشياء كثيرة تحدث فلن يتمكن الناس من إدراك الفكرة الأساسية فيها .



يجب أن تكون الصور الفوتوغرافية المستخدمة في التثقيف الصحي كبيرة بالقدر الذي يسمح برؤيتها بوضوح . ولا بد لها أن تركز على فكرة واحدة فقط حتى يسهل على الناس فهمها .

- ويمكن استخدام مجموعة من الصور لبيان المشاهد المختلفة لقصة . كما يمكنها أن تبين أيضاً الخطوات اللازمة لإيجاز مشروع أو ممارسة مهارة .
- وتعد أحداث المجتمع ، مثل المسرحيات وحملات النظافة ، موضوعات مناسبة للصور الفوتوغرافية . ولعلك تطلب من الوزارة مصوراً أو تحصل على معونة مالية لتستأجر مصوراً محلياً ليصور تلك الأحداث ، وعندما يرى الناس أنفسهم وقد ظهروا في الصور سوف يغمرهم الزهو والسرور ، وسوف يحفزهم ذلك على الاستمرار في العمل الجاد . وينبغي أن تعلق هذه الصور على جدران المدرسة ، أو في المركز الصحي أو في قاعة اجتماعات المجتمع ، فإن الثناء على الناس والاهتمام بهم يساعدان الناس على التغير والتحسين .

تخزين الصور الفوتوغرافية

قد تبلى الصور عند حوافها أو تتمزق بكثرة الاستعمال . وتستطيع أن تطيل من عمر صورك إذا لصقتها على لوح من الورق المقوى أو ثبتها عليه بشريط لاصق .
احرص على ألا ينال صورك البلل . فاحفظها في ملف أو صندوق في مكان جاف .
رتب ملفات صورك وفقاً لموضوعها أو مجالا .

المواد المعروضة بأجهزة العرض

المواد المعروضة Projected materials هي ببساطة مواد تعليمية تُعرض للناس بواسطة جهاز للعرض . وأجهزة العرض آلات لا يمكن استخدامها إلا حين توجد الكهرباء ، ويجب أن يتولى تشغيلها شخص له خبرة بها كما أنها تحتاج إلى شخص يقوم بصيانتها ويعرف كيف يصلحها لو أصابها عطل . وبسبب هذه العيوب فإن أجهزة العرض ليست مناسبة من الناحية العملية لأن يستخدمها عامل صحة المجتمع في قريته .
ولمّا يلي مقدمة موجزة لاستخدامها .

العرض منها

تفيد المواد المعروضة بأجهزة العرض في توضيح أهم النقاط التي يتضمنها حديث أو محاضرة . ومن ثم فينبغي لك أن تُعد حديثك أولاً ، وبعد ذلك أحضر أو اصنع الصور العادية أو الصور الشفافة التي تعرض أفكارك عرضاً جيداً ، وتوضحها إيضاحاً جلياً .

كما أن الواد المعروضة بالأجهزة من شأنها أن تساعد الناس على تعلم المهارات الجديدة ، لكن الصور لا تكفي وحدها بدون جلسات للممارسة . ومن ثم فإن كنت تستخدم هذه الواد المعروضة في تعليم الناس فعليك أن تقرنها بالممارسة والمناقشة .

حجم الجماعة

إن الواد المعروضة بالأجهزة مفيدة للجماعات المؤلفة من ثلاثين شخصا أو أقل . وإذا كانت الجماعة مفرطة الكبر ، فلن يتمكن بعض الناس من الرؤية . وهناك مناظير صغيرة لرؤية الشرائح يمكن استخدامها من قبل الأشخاص فرادى .

أنواع أجهزة العرض

جهاز العرض الرأسى overhead projector

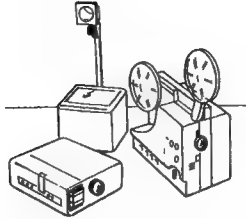
هذا الجهاز يعرض اللوحات الشفافة المصنوعة من صحائف رقيقة من البلاستيك الشفاف . ويمكنك أن تكتب عليها بمداد خاص أو بأقلام من الشمع يمكن محوها فيما بعد .

ويمكنك أن تُعدّ اللوحات الشفافة مسبقاً أو تكتب عليها وهي في داخل الجهاز أثناء إلقاء الحديث . ويُعدّ الناس عادة سلسلة من الصحائف يستخدمونها كـ اللوحات القلابة flipchart . إن استخدام الرسوم أو الكلمات المعروضة بأجهزة العرض يزيد من استمتاع الناس بالمحاضرة .

جهاز عرض الشرائح

إن الشرائح المستخدمة في هذا الجهاز صور مأخوذة بواسطة آلة التصوير . وتظهر الصور هنا على شرائح صغيرة من البلاستيك الشفاف ، بدلا من طبعتها على الورق الحساس . وتثبت الشرائح عادة في إطار من الورق المقوى لحمايتها . وعلى الرغم من أن الشرائح صغيرة ، فإن جهاز العرض يجعلها تبدو كبيرة عند عرض صورتها على حائط أو شاشة .

ويمكن عرض الشرائح في مجموعات . وكثيرا ما يلحق بجهاز العرض صناديق خاصة توضع فيها الشرائح وتسهل سرعة عرض الشريحة تلو الأخرى . ويمكن تشغيل جهاز



من اليسار إلى اليمين : جهاز عرض الشرائح ، جهاز العرض الرأسي ، جهاز عرض الأفلام

تسجيل مسجل عليه موسيقى وكلمات أثناء العرض . ويشبه ذلك إلى حد كبير الأفلام السينمائية . وأحياناً تُوصَل الشرائح بعضها ببعض ثم تعرض كشريط من الصور . عندئذ تكون في حاجة إلى استخدام جهاز لعرض الأفلام .

لإرجع إلى الوزارات والمؤسسات الطوعية لترى مالديها من برامج مطبوعة على شرائح أو أشرطة الصور . فبعض هذه البرامج أو الموضوعات قد يكون وثيق الصلة بعملك . ويجب أن تشاهد هذه البرامج دائماً قبل أن تعرضها على الآخرين ، وتأكد من أنها مناسبة لمجتمعك .

أجهزة عرض المواد المعقدة

عند استخدام جهاز عرض المواد المعقدة opaque projector لن تكون في حاجة إلى إعداد مواد أو أدوات خاصة مثل الشرائح أو اللوحات الشفافة . فهذا الجهاز يعرض صوراً عادية وصوراً فوتوغرافية ورسوماً بيانية وعبارات عرضاً مباشراً من الكتب أو المجلات أو الصحف . وليس بالضروري أن تقص هذه المواد من الكتب أو الصحف .

فإذا كنت تلقي حديثاً ، فإنك تستطيع عرض الصور المتصلة بموضوع الحديث . فذلك سوف يساعد الجمهور على أخذ فكرة أوضح عما تتحدث عنه . ولكن هناك مشكلة في استخدام هذه الأجهزة . فهي ضخمة وثقيلة الوزن . والأنواع الحديثة من أجهزة عرض الشرائح وأجهزة العرض الرأسي أخف وزناً وأسهل في الحمل .

أين تجد أجهزة العرض

ربما يصعب عليك أن تحصل على جهاز منها لنفسك حتى لو كنت في وزارة أو هيئة تملك هذه الأجهزة . وتتوافر أجهزة العرض عادة لدى الوزارات والهيئات الإقليمية والوطنية . وأحيانا تعبر الوزارات هذه الأجهزة مدة قصيرة وتبعث بمن يتولى تشغيلها .

استخدام المواد المعروضة بالأجهزة

- لتقديم الحديث يكفي خمس إلى عشر لوحات شفافة أو صور . فإن عُرِضَتْ أكثر من ذلك فقد تلبيل أفكار الناس ولايستوعبون المفردى المقصود .
- ويجب أن تتسم كل اللوحات الشفافة أو الصور بالبساطة ، فإذا احتوت على الكثير من المعلومات فيتمين أن تكون الكتابة والرسم والصورة كلها صغيرة ، وبذلك يصعب على الجمهور رؤية ماتهروضه اللوحة الشفافة .
- المواد المعروضة بالأجهزة تعرض على حائط فاتح اللون ، أو ملءة بيضاء أو شاشة خاصة .

وليس هذا إلا شرحاً موجزاً لأجهزة العرض والمواد التي تعرضها . فإن أردت أن تستخدم هذه الأجهزة والمواد فسوف تحتاج إلى أن تتعلم المزيد من المهارات . فابحث ما إذا كانت وزارتك أو هيئتك تقدم عروضاً إيضاحية بشأن استخدام هذه الأجهزة وطرائق إعداد المواد المعروضة .

الشرائط المسجلة

إن النوع الذي يهتما هنا من الشرائط المسجلة هو شرائط الكاست . فهذا النوع من الشرائط يمكن سماعه بواسطة أجهزة صغيرة يسهل حملها وتُستخدم البطاريات في تشغيلها .

ولما كان شراء هذه الأجهزة وشرائطها وبطارياتها مكلفاً فمن المحتمل أن لايتخدمها عمال صحة المجتمع . لكن العاملين الصحيين في المستوى المتوسط وفي الخط الأمامي ربما يحملونها مُعيناً نافعاً لهم في ظروف شتى .

العرض منها

تستخدم الشرائط المسجلة لتقديم معلومات صحية وتعزيز الرسالة الصحية .

المستمعون

إن استخدام الشرائط المسجلة مع الجماعات هو أكثر استخداماتها شيوعاً . ولكن أحيانا يطلب من المرضى أو التلاميذ فرادى سواء في العيادة أو المستشفى أو المدارس ، أن يستمعوا إلى شريط مسجل عن موضوع من الموضوعات الصحية المتصلة بمشكلاتهم واهتماماتهم .

أنواع البرامج المسجلة على الشرائط

المحاضرات

ما أن تُسجل المحاضرة حتى يصبح في الإمكان عرضها على مسامع الجماعة أو الشخص الذي يرغب في سماع موضوع هذه المحاضرة . ولإضفاء المزيد من الحيوية على المادة المسجلة وإثارة الاهتمام بها ، يفضل تقديم بعض الموسيقى في بداية الشريط . ويجب أن تكون المادة المسجلة قصيرة وأن لا يستغرق عرضها أكثر من عشر دقائق أو خمس عشرة دقيقة . ونظراً لأنه لا يوجد شيء يشاهده المستمعون ، فإنهم سوف يشعرون بالملل لو استمر الحديث المسجل مدة طويلة .

البرامج الإذاعية

يمكن تسجيل البرامج الإذاعية لسمعها من فاتهم سماعها من الإذاعة مباشرة .

التعليقات والمناقشات الجماعية

عندما تعيد عرض مناقشة أو تمثيلية فإن الناس سوف يستمعون إلى أصواتهم . وهذا من شأنه أن يعلمهم الكثير عن سلوكهم ومواقفهم وقيمهم . وقبل أن تسجل المناقشة أو التمثيلية ، لإحرص على أن يكون كل فرد في الجماعة موافقاً على التسجيل . فإن سجلت لهم بغير علمهم فربما تثير بذلك دهشة بعض الناس أو توقعهم في الحرج .

والأفضل أن تسمح الشريط بعد انتهاء الاجتماع . فربما يكون الناس قد قالوا أشياء لا يريدون أن يسمعوها غيروهم من الغرباء من الجماعة .

البيانات الصادرة عن الشخصيات الهامة

في مقدورك أن تستغل البيانات القصيرة المسجلة لشخصيات هامة لتعزيز محاضرتك أو رسالتك الصحية وترفع من مستواها . كما أن إذاعة مثل هذه البيانات على الجماعة يضفي عليها هبة وإجلالاً ويكسبها وزناً واحتراماً .

الجمع بين الشرائط المسجلة والشرائح

الجمع بين الشرائط والشرائح يجعل البرنامج شيقاً . وهذا يحتاج إلى عناية في الاعداد . فلا بد أولاً من كتابة الحديث الذي تريد تسجيله ، وهذا ما يطلق عليه « النص المكتوب » . ولا بد أن توضع علامات واضحة على النص المكتوب ، تبين على وجه الدقة ، المكان الذي يُبدّل فيه الشرائح التي تريد أن تعرضها مع الحديث . ويقوم الشخص الذي يشغل الجهاز بقراءة النص المكتوب أثناء عرض الشريط المسجل ، ويدل الشرائح في الوقت المناسب .

تخزين الشرائط المسجلة

إن كثيراً من شرائط الكاست تكون في علب صغيرة الحجم من البلاستيك عند شرائها . ومن الضروري حفظ الشرائط داخل العلب حتى لا يفسدها الغبار . وإذا لم تتوفر لديك هذه العلب ، أحضِر صندوقاً كبيراً أو حقيبة لتخزن فيها شرائطك .

وإن كان جهاز التسجيل يشتمل على مذياع (راديو) ، فلا تترك الشريط داخل الجهاز أثناء تشغيلك للمذياع (إلا إذا كنت تسجل برنامجاً إذاعياً) ، إذ أن الشرائط قد تلتقط أصواتاً مشوشة من المذياع إن تركت في داخل الجهاز . ولا تخزن الشرائط على مقربة من : آلات الكهربية لنفس السبب . وعندما تحصل على جهاز تسجيلك اسأل عن طريقة تنظيفه حتى لا يتلف ولا يضيف أصواتاً أخرى إلى تسجيلات الشرائط .

ضع بطاقة صغيرة على كل شريط من الشرائط التثقيفية . ويجب أن تبين هذه البطاقة عنوان المادة المسجلة واسم الشخص المتحدث أو جماعة المتحدثين وتاريخ التسجيل فهذا

يسهل عليك العثور على الشرائط عندما تريد أن تعيد عرضها على مسامع أفراد الجمهور .

الأفلام أو السينما

يحب الناس السينما ، فهي تقدم لهم الحدث واللون والصوت . والسينما من أفضل أجهزة التواصل .

الغرض منها

تنتج أنواع كثيرة مختلفة من الأفلام بعضها يقدم المعلومات بصفة رئيسية . فهي تشبه المحاضرات التي تعتمد على المُنينات البصرية والسمعية . وبعضها يشرح المهارات شرحاً عملياً . وبعضها الآخر يشبه المسرحيات فتعرض أوضاعاً من واقع الحياة . ومن هذه الأفلام يستطيع الناس تعلم سلوكيات ومواقف وقيم جديدة . وكثير من الأفلام يستهدف التسلية .

مجسم الجماعة

يمكن عرض الفيلم على المجتمع بأكمله ، ولكن كلما زادت الجماعة قلت المشاركة بين أفرادها . فاعرض الفيلم على ثلاثين شخصاً أو أقل ، ما أمكنك ذلك .

من أين تحصل على الأفلام

إن الوزارات والمكتبات والهيئات الطوعية وبعض الشركات لديها أفلام يمكن إعارتها . وربما تقتضيك الحاجة أن تستعير جهاز عرض الأفلام وشاشة سينمائية صغيرة . وتحتاج بالطبع إلى الكهرباء أو إلى مولد كهربائي لتتمكن من عرض الأفلام . وربما تحتاج أيضاً إلى شخص مدرب ليدبر جهاز العرض .

اختيار الأفلام

لا تؤسس اختيارك للفيلم على عنوانه وحده . فعليك أن تشاهد الفيلم بالفعل أولاً ، أو أطلب من شخص شاهده وتثق به أن يحدثك عنه . وقبل أن توافق على عرض

الفيلم ، عليك أن تسأل نفسك هذه الأسئلة :

- هل لغة الحديث في الفيلم يفهمها الناس ؟
 - هل يحتوي الفيلم على معلومات صحيحة وحديثة ؟
 - هل ثقافة شخصيات الفيلم والخلفية التي يعرضها مألوفة لدى الناس الذين سوف يشاهدونه ؟
 - هل يحتوي الفيلم على أفكار عملية يمكن لمجتمعك أن يمارسها ؟
- وإذا كانت الإجابات على أي من هذه الأسئلة بالنفي فلا يعرض هذا الفيلم .
- ربما تعتقد أن من المتعذر أن تجد الفيلم الذي تكون فيه الاجابات عن جميع هذه الأسئلة بالإيجاب . وهذا صحيح في أغلب الأحوال ، فصناعة الأفلام باهظة التكاليف . وليس في الإمكان صنع فيلم يتفق مع احتياجات كل المجتمعات وثقافتها . لذلك فمن الأفضل أن تستخدم التمثيليات والقصص ومسرح الدمى (العرائس) والعروض الإيضاحية ، فهذه كلها يمكنها أن تتوافق مع ثقافتك المحلية .

عرض الأفلام

لنقوم بعرض فيلم على خير وجه يلزمك القيام بما يأتي :

- حدد المكان والوقت المناسبين لكل من يرغب في مشاهدة الفيلم .
- أعلن عن الفيلم في جميع أنحاء المجتمع أو الحي حتى يتمكن كثير من الناس من الحضور .
- اعرض الفيلم ليلا أو في مكان يمكن إظلامه .
- أخبر الناس بموضوع الفيلم قبل عرضه ، فهذا يساعد على معرفة ما يجب تربيته وما يتوقعون تعلمه .
- تأكد من أن الجميع يرون الشاشة بوضوح . فإذا زاد عدد الحاضرين أكثر مما ينبغي وازدحموا في المكان فرمما أعاق الزحام الرؤية ، وربما تضطر إلى عرض الفيلم مرتين حتى يتيح الفرصة لكل شخص أن يشاهده .

وبعد انتهاء الفيلم انعقد جلسة للمناقشة . وجه للمشاهدين أسئلة حول الفيلم . وشجعهم على طرح الأسئلة . وتأكد من أنهم قد استوعبوا رسالة الفيلم . وإذا كانت الجماعة كبيرة جداً قسمها إلى مجموعات صغيرة . واطلب من العاملين الصحيين أو العاملين في تنمية المجتمع أن يتناقشوا مع هذه المجموعات الصغيرة .

الصحف

الغرض منها

إن الغرض الرئيسي للصحف هو نشر المعلومات . فهي تطبع « الأخبار » التي تكون عادة من تقارير عن الأحداث . وتتضمن أيضا مقالات خاصة عن موضوع معين ، ومقالات يكتبها المحررون للتعبير عن آرائهم في موضوعات مختلفة .

ويمكن أن تندرج الموضوعات الصحية في أي فئة من هذه الفئات . فيمكن أن يكون الخبر الصحي بدء حملة تطعيم أو حديث عن الصحة ألقاه مسؤول معروف . ويمكن أن يكون المقال الخاص مقالاً كتبه طبيب عن مرض معين أو خبرة صحية معينة . وقد يبحث مقال المحرر الناس على المشاركة في برنامج للماء النظيف .

إن الصحف تصل إلى الناس سريعاً جداً ، ويمكن للصحافة أن تقوم بدور هام للغاية في زيادة معرفة الناس عن الصحة .

حجس الجماعة

تتخذ الصحف جميع الأحجام من الكبير جداً إلى الصغير جداً . والصحيفة الرئيسية التي تصدر في عاصمة البلد أو مدينة كبيرة قد تصل إلى مئات الألوف من الأشخاص في جميع أنحاء البلاد . ويطلع الكثير من الصحف يومياً بمطابع حديثة ضخمة وتتم هذه الصحف بالأخبار الوطنية والدولية .

ومع هذا ، فكثيراً ما يكون للمدن الصغيرة صحفها الخاصة بها ، والتي قد تطبع أسبوعياً . ولهذا الصحف اهتمام خاص بالأخبار المحلية ، ويمكن أن يحظى حدث صحي في مجتمعك بالاهتمام في تلك الصحف .

وأخيراً ، يمكن أن تهبط فكرة إصدار صحيفة إلى مستوى المجتمع المحلي . فلبعض القرى والضواحي الحضرية « صحائف حائط » ، وهي شبيهة بالمعلقات والملصقات . ويمكن أن تكتب بخط اليد وتقتصر على بضع نسخ فقط ، وتعلق على الجدران في أماكن تجمع الناس .

استخدام الصحف في التثقيف الصحي

يمكن أن تستخدم الصحف في التثقيف الصحي في نواح عديدة مختلفة .

وإحدى هذه النواحي هي أنها تساعد في تمكك المهني . فمن المهم لك أن تكون محيطاً بما يحدث في مجالات التنمية الصحية وتنمية المجتمع . والمقالات الصحفية مصدر مفيد للأفكار الجديدة . فمثلاً ، قد يوجد تقرير صحفي عن برنامج ناجح في مجتمع محلي في مكان آخر من بلدك . وقد ترغب في مناقشته مع أصحاب الرأي في مجتمعتك لترى كيف يمكن موازنة هذا البرنامج لمجتمعتك .

وقد يكون من المعلومات القيمة الأخرى ، معالجة جديدة أو محسنة لمرض معين أو بيان لأحد كبار المسؤولين عن أهمية الصحة يمكنك استخدامه للحث على المشاركة . هذا ، ومن مسؤوليات كل عامل صحي أن يكون واسع الإطلاع ما أمكنه . ويمكن للصحف أن تساعد على هذا . فقصص المقالات التي تهتمك واحفظها ، فقد يمكنك استخدامها فيما بعد ، في أحاديثك أو مناقشاتك أو في اجتماعات المجتمع .

والناحية الثانية التي تفيد فيها الصحف هي أنها تتخذ وسيلة لمشاركة الآخرين المعلومات . وعلى الرغم من أن الكثيرين من الناس الذين نخدمهم قد لا يستطيعون القراءة ، فهناك من يستطيعون ذلك وغالباً ما يكون هؤلاء من أصحاب الرأي في المجتمع ، وسوف يقدرون مشاركتك المعلومات معهم .

والمقالات الصحفية مفيدة لتلاميذ المدارس أيضاً . فالمقالات الصحية تتيح تمريناً ممتازاً على المطالعة . ويمكن ، أيضاً ، أن تثير اهتمام الصغار بموضوع صحي . وتذكر أن الكثيرين من الأطفال الذين في سن المدرسة يقومون بدور هام في رعاية إخوتهم وأخواتهم الصغار ، كما أن الصغار المتحمسين غالباً ما يكون معلماً ممتازاً لوالديه .

كتابة تقريرك الإخباري بنفسك

إذا كان حدث صحي مثير للاهتمام على وشك الوقوع في قريتك أو في حيك ، فينبغي لك التفكير في كتابة مقال إخباري والذهاب به أو إرساله إلى الصحيفة التي تخدم منطقتك . وبالطبع قد لا ينشر المقال . ولكن ، إذا كان الحدث فريداً في نوعه والمقال جيداً في كتابته ، كان الأمل في نشره عظيماً . فالصحف ، خاصة المحلية ، كثيراً ما تحتاج إلى مواد جديدة .

وحتى إذا لم ينشر المقال ، فالتزام بكتابته تمرين مفيد للغاية . إذ يدفعك ذلك إلى التفكير في كيفية التعبير عن رسالتك بكلمات قليلة واضحة سهلة الفهم ، وهذا بالتالي يضطرك إلى تحديد أهم الحقائق والأفكار التي تريد توصيلها . وهذا الانضباط يساعد على توصيل رسالتك بمزيد من الفعالية خلال الوسائل الأخرى أيضاً .

أدرس بضعة أمثلة للمقالات الإخبارية المحلية . والأرجح أنك ستجد أن لمعظمها خصائص عديدة مشتركة . فهي بصفة عامة وحيدة إلى حد ما ، تتكون من ما بين ١٠٠ و ٣٠٠ كلمة ، وكلماتها بسيطة وجملها فقراتها قصيرة . وهي تنبئ القارئ بالأمور التي لها الأهمية العظمى أو التي تثير الاهتمام الأعظم أولاً . ونجيب عن الأسئلة من ؟ وما ؟ ومتى ؟ وأين ؟ ثم نقول لماذا وكيف إذا وجد الحيز الكافي . وبعض المقالات الإخبارية تحكي عن الحدث قبل وقوعه ، والأخرى تعطي تقريراً عنه بعد وقوعه ويمكن لكلا النوعين أن يكون مفيداً .

والآن لنطبق هذه القواعد العامة على وضع معين . تقيم قرية معينة عبادة للتطعيم ، ولقد دعت فرقة موسيقية شعبية لاجتذاب الناس إلى العبادة وتسليتهم أثناء بقائهم هناك . ويمكن أن تكون فكرتك الأولى هي البدء بوصف الأمراض المستهدفة ، وأسباب أهمية حماية الأطفال منها . ولكن هذا من شأنه أن لا يكون مقالاً إخبارياً . إبرز السمة الفريدة « في المقدمة » .

« الأمهات يمكن تأمين حماية أطفالهن من أربعة أمراض خطيرة والاستماع إلى الموسيقى العذبة في الوقت نفسه »

فهذا يجيب عن السؤال « من » ، ويجذب انتباه الناس . والآن نجيب عن الأسئلة الرئيسية الأخرى في الفقرة التالية :

« ستقدم فرقة الموسيقى الشعبية حفلاً موسيقياً في مهرجان صحي خاص (ما) بعام يوم السبت ٢٠ تموز/يوليو من الواحدة إلى السادسة مساءً (متى) ، بالساحة الرئيسية بقرية « حلة الأمير » (أين) » .

والآن إن الوقت مناسب لشرح السبب . فاذكر الأمراض التي يقدم التطعيم ضدها . وأذكر لماذا هي مهمة . واستخدم بعض الاحصائيات البسيطة إن أمكن - فرؤساء تحرير الصحف يحبون الحقائق والأعداد . وإن أمكن أيضاً استشهد بقول مقبس . فإذا كان « الرئيس » أو وزير الصحة قد ألقى بيانا عن أهمية التطعيم فاقبس جزءاً منه ، وإلا فاقبس من أقوال المسؤول الصحي في منطقتك أو إقليمك .

لقد كتب هذا المثال ليستخدم قبل الحدث . وإذا كنت تنبئ عن الحدث بعد وقوعه ، فابدأ بأهم شيء حدث .

« تمت حماية أكثر من ٢٠٠ طفل من أربعة أمراض خطيرة في المهرجان الصحي الخاص الذي أقيم بمحلة الأمير يوم السبت ٢٠ تموز / يوليو » .

والآن طبق هذا الأسلوب على حدث حقيقي أو مزعم في مجتمعتك .

إنشاء « صحيفتك » الصحية

يمكن استخدام مقالات مثل المقال الذي سبقت مناقشته في حيك أو في قريتك ، حتى إذا لم تنشر في صحيفة رسمية . « وصحيفة الحائط » التي سبق ذكرها إحدى الوسائل المناسبة لذلك . وربما يود مدرس في مدرسة مجتمعتك أن يقوم تلاميذه بإعداد « صحيفة حائط » كمشروع دراسي . أو يمكن لفنان محلي أن يكتب المقال ويروده بالرسوم التوضيحية . وبالطبع ، إذا كان في متناولك الحصول على آلة كتابة وطريقة رخيصة للنسخ ، فقد ترغب في إعداد صحيفة من صفحة أو صفحتين للمناسبات الخاصة ، أو حتى لتصدر شهرياً بانتظام .

المجلات

المجلات نوع آخر من وسائل الإعلام التي لها بعض الاستخدامات في التثقيف الصحي . وهي عادة ما تكون أصعب منالا للعامل الصحي من الصحف اليومية . فهي تعد ، بصفة عامة ، للقراء في مناطق جغرافية واسعة جدا ، وعلى ذلك يقل احتمال اهتمامها بالأخبار المحلية .

ومع هذا ، فإن مجلات كثيرة تنقل بالفعل معلومات مفيدة عن الصحة . فالمجلات التي تكتب للنساء ، مثلا ، كثيرا ما تتضمن مقالات هامة جدا عن رعاية الطفل ومشاكل الحمل وصحة الأم والغذاء والتغذية .. الخ ، بل حتى المجلات المعدة أساسا لتسلياة عامة الناس تنقل أحيانا معلومات صحية .

والمجلات ، كالصحف ، يمكن أن تكون مصدرا هاما لتعليمك المستمر بوصفك عامل صحي . والحقيقة أن مقالات المجلات تميل إلى أن تكون أطول وأكثر تفصيلا من التقارير الصحفية . وكما هي الحال مع الصحف ، واضح أنه يمكنك أيضا أن تشترك مع القراء في مجتمعتك في هذه المقالات ، وأن تستخدمها كأساس للمناقشة .

وعلى أية حال ، فلعل أبرز سمة للمجلات ، من ناحية التثقيف الصحي ، هي أنها مصدر للصور . فصور المجلات أكثر عددا عادة ، وأجود نوعية من تلك التي توجد في الصحف . وكثير منها ملون . وغالبا ما تجدها صورا جذابة ومفيدة حتى في المجلات التي لا تحتوي على مقالات عن الصحة ، كصور لعائلات تتمتع بالصحة ، وأغذية مختلفة وأشياء أخرى كثيرة . ويمكن استخدام هذه الصور في الملصقات واللوحات الوبرية ، وفي كثير من الوسائل الأخرى . وبعض المجلات مخصص كلية للصحة . وتقوم بنشر هذه المجلات أحيانا منظمات مهنية مثل جمعيات الممرضات أو وزارات الصحة . وهي عظيمة القيمة لك بصفة خاصة من أجل تكوينك المهني وبرامجك التدريبية .

الراديو (الإذاعة)

قد تكون الإذاعة الآن هي أعظم وسائل الاتصال فعالية في الوصول إلى جماهير عريضة للغاية برسائل هامة . وهذا صحيح يقينا في أنحاء كبيرة من العالم النامي . فكثير من الفلاحين وحتى في المناطق النائية يحملون الراديو معهم في الحقول .

الغرض منه

تفي البرامج الإذاعية بأغراض كثيرة . فبعضها مكرس للتسلية الصرفة ، حيث تقدم الموسيقى الشعبية والتمثيلات . والبعض الآخر إعلامي . وتذيع معظم المحطات عدة



غالباً ما يمتلك الناس أجهزة الراديو حتى
في أقصى المناطق الريفية النائية

نشرات اخبارية يومية في مواعيد منتظمة . ويمكن أن تقطع برامج التسلية لإذاعة خير إذا حدث شيء ما ذو أهمية . أضف إلى ذلك أن بعض البرامج الإذاعية معدة للتعليم أو التثقيف . وفي بلدان كثيرة تذاع يوميا أو أسبوعيا برامج عن الغذاء والتغذية وطرق الزراعة والصحة .

وأخيرا ، إن محطات الإذاعة في بلدان كثيرة تستخدم رسائل قصيرة تستغرق دقيقة أو أقل عادة ، للإعلانات التجارية أو إعلانات الخدمات العمومية .

التغطية الإذاعية

تفاوتت مساحة المنطقة التي يغطيها برنامج إذاعي أو محطة إذاعية تفاوتنا واسعا . فبعضها وطني النطاق ، بل حتى دولي . وفي بعض البلاد تمتد جميع البرامج الإذاعية على المستوى الوطني وتستخدم المحطات المحلية التي في المدن الأخرى خارج العاصمة ، إن

وجدت ، كمحطات إرسال بصفة رئيسية . ومع هذا ، فتوجد في عدد من البلاد الأخرى محطات إذاعية محلية في المدن الأقل حجما من العاصمة والمدن الصغيرة . وقد تذيع هذه المحطات الأخبار الوطنية وبعض البرامج الوطنية كما تذيع أيضا الأخبار المحلية والإعلانات والبرامج الثقافية المحلية . وعلى ذلك ، فحتى في المحطة الإذاعية نفسها ، يمكن أن تعد بعض البرامج للملايين المستمعين ، وتوجه برامج أخرى إلى منطقة أو إقليم أصغر كثيراً .

استخدام الإذاعة في التثقيف الصحي

يمكن توجيه الرسائل الصحية بالإذاعة في أشكال مختلفة . فيمكن أن تكون أنباء الأحداث الصحية جزءا من نشرات الأخبار المنتظمة .

ويمكن إذاعة برامج ثقافية خاصة عن الموضوعات الصحية ، ويتراوح طول هذه البرامج بين بضع دقائق وساعة أو أكثر .

ويوجد في كثير من الأماكن برامج تمثيلية تلقى إقبالا جماهيريا عظيما تعالج عادة المشاكل التي تواجهها العائلات أو مجموعة من الأفراد . وعندما تكون المشاكل متصلة بالصحة ، فإن الرسالة تدخل ضمن الأسلوب الذي تعالج به شخصيات التمثيلية تلك المشاكل . ولا يدرك المستمعون أنهم يُثقفون بالإضافة إلى التسلية ، ولكنهم يتلقون الرسالة يقينا ، والأرجح أنها تثبت في ذاكرتهم بسبب الأسلوب الذي تنقل به . ويلزم توخي الحذر في هذه الطريقة لاجتناب المغالاة في العاطفية أو محاولة إجبار الناس على تغيير أرائهم .

هذا ، والمعلومات المعطاة في الإعلانات الإذاعية تثير مشكلة خاصة . إن بعضها صادق تماما ، ولكن هناك منها ماهو صادق جزئيا فحسب ، وماهو خادع عن قصد . وتوجد محطات إذاعية كثيرة تتلقى جزءا كبيرا من دعمها المالي من المنتجات التي تساعد على بيعها . وعندما تكون هذه المنتجات ضارة بالصحة ، كما في حالة السجائر مثلا ، تكون الرسالة التي يسمعها الناس زائفة . وجزء من مهنتك أن تساعد الناس على إدراك هذه الأمور وعلى أن يكونوا مستمعين حذرين .

اجتماعات الاستماع إلى الراديو

من الممكن ، عادة ، الحصول على جدول مواعيد البرامج الإذاعية مقدما من محطة الإذاعة التي تخدم منطقتك . وهذه معلومات هامة لك . فيمكنك أن تعرف المواعيد التي تذاع فيها برامج عن الصحة والموضوعات التي تتضمنها .

فإذا وجدت أن برنامجا عن موضوع ذي أهمية لمجتمعك سيذاع بعد بضعة أيام ، فانشر الخبر . ضع إعلانات في الأماكن الرئيسية ، وأخبر أعضاء اللجنة الصحية وأصحاب الرأي الآخرين في المجتمع . وحث الجميع على الاستماع وأفضل من ذلك أن تدعو الناس إلى الاجتماع في مكان مناسب والاستماع معا . واطلب منهم أن يحضروا قبل الموعد المحدد لبدء البرنامج بوضع دقائق لكي تستطيع تقديم الموضوع . ثم شجع الحاضرين على المناقشة وتوجيه الأسئلة بعد انتهاء البرنامج .

وإحدى المساوئ المزعومة للإذاعة في التثقيف الصحي هي أنها وسيلة أحادية الاتجاه ، إذ لا يستطيع الناس توجيه الأسئلة ولا الرد على مايقال . ويعقد اجتماعات الاستماع يمكنك أن تحول هذا العيب إلى ميزة .

هسة تحذير : لا تخش القول إنك لا تعرف . فليسوف تعد نفسك أحسن إعدادا ما أمكن قبل البرنامج . ولكن قد يقال شيء لا يظلمه تماما أو قد يثار سؤال لا يحرك الإجابة عنه . وقلوك « لا أدري ، ولكني سأبحث الموضوع » إجابة مقبولة دائما ، وهي أفضل من الإجابة التي قد تكون غير صحيحة .

إذاعة برنامجك المجتمعي بالراديو

إذا كنت تقم بالقرب من محطة إذاعة محلية تعد برامجها بنفسها ، فقد يكون بإمكانك استخدام الإذاعة بطريقة مباشرة . فكل من محطات الإذاعة المحلية تحتاج إلى أخبار مثيرة للاهتمام أو أحداث في لقاءات شخصية أو رسائل خدمات عمومية ، شأنها في ذلك شأن الصحف المحلية .

وأخبار الإذاعة ، يجب أن تكون موجزة ، كأخبار الصحف ، بل في الحقيقة ربما أقصر من أخبار الصحف . ففي حالة التقرير الاخباري عن « المهرجان الصحي الخاص

بمحلة الأمر » ، قد تتضمن نشرة الأخبار الإذاعية الفقرتين الأولى والثانية فقط بالإضافة إلى قائمة أنواع التطعيم المقدمة . ولكن محطات الإذاعة ، على عكس الصحف ، قد تذيب الخبر نفسه عدة مرات خلال مدة معينة .

وفي كثير من الأماكن تتيح الأحاديث المذاعة في لقاءات شخصية فرصة خاصة . فإذا كان مجتمعك مقبلاً على حملة هامة أو حدث هام ، وبصفة خاصة إذا كان رئيسك المسؤول الصحي مشهوراً ومجيد الحديث ، فيمكنك أن تقترح على محطة الإذاعة أن تجري معه حديثاً إذاعياً في لقاء شخصي .

وإذا قدر لهذا أن يحدث ، فالحتم أن ينتظر منك أن تضع قائمة بالأسئلة المقترحة التي توضح المعلومات التي تريد نقلها . ويلزمك أيضاً أن تتأكد من أن رئيسك المسؤول الصحي أو المتحدث سوف يصل إلى محطة الإذاعة في الوقت المناسب ليتم التعارف بينه وبين المذيع . كما يلزمك أيضاً التأكد من أن الناس في مجتمعك مجتمعون حول جهاز الراديو للاستماع .

إعلانات الخدمات العمومية

إذا تيسر لك استخدام محطة إذاعة محلية ، فقد ترحب بإذاعة إعلانات خدمات عمومية قصيرة خاصة بالصحة . ويمكن لهذه الإعلانات أن تفي بأغراض كثيرة ، فقد تعلن عن حدث ، كمهرجان صحي أو برنامج تطعيم مثلاً ، أو قد تقدم رسالات صحية موجزة للغاية لتذكير المستمعين .

وبعض الإعلانات وجيز جداً بحيث يستغرق ١٠ ثوان . ومع هذا ، فحتى هذه الاعلانات يمكن أن تكون مفيدة ، خاصة إذا أذيعت عدة مرات . ففي الاعلان الذي يستغرق ١٠ ثوان يمكنك أن تقول ما يأتي :

« هذا هو الأسبوع الصحي في محلة الأمر . فتذكرون ، أيتها الأمهات : أن لبن الثدي هو خير غذاء لطفلك »

وتستغرق إعلانات الخدمات العمومية الأخرى ٢٠ أو ٣٠ أو ٦٠ ثانية . وواضح أنك لا تستطيع تضمينها رسالة بالغة التعقيد . ولكنك تدهش مما يمكنك أن تقوله في دقيقة إذا كتبت النص بعناية .

حاول أن تكتب بضع رسائل صحية بالأطول المختطفة السابق ذكرها . وهذا تمرين مفيد على اختيار أهم الكلمات والأفكار ، والتحقق من عدد الكلمات التي يمكنك إيجاد متسع لها في الوقت المحدد .

التلفزيون

لا يلقى أي جهاز من أجهزة الإعلام ذلك الاهتمام المثير الذي يلقاه التلفزيون نظراً لما له من تأثير عظيم في الناس ، حيث يمكنه نشر المعرفة والتأثير في الرأي العام وتقديم أساليب جديدة للمعيشة . وفي الحقل الصحي وفي المناطق الحضرية بل وفي المجتمعات الريفية أيضاً ، أثبت التلفزيون أنه كان الداعي القوي للسلوك الصحي في كثير من الأحيان . وهذا القول صادق تماماً لاسيما عندما يتمكن العاملون الصحيون من « إدماج » برامج التلفزيون في أنشطتهم المحلية ، ونشر تأثيره في الناس من خلال المناقشات الجماعية ، على غرار ما سبق أن ناقشناه عند تناولنا للبرامج الإذاعية .

ولقد طرأ على التلفزيون شيء جديد له إمكانات هائلة في مجال التثقيف الصحي . ذلك هو استخدام أفلام الفيديو . ففي بعض المناطق النامية تستخدم الجماعات المحلية أفلام الفيديو لعرضها على جمهور محدود العدد وقد يكون (أو لا يكون) وراء ذلك مصالح تجارية . بل أن هناك أماكن تعرض فيها سلسلة من أفلام الفيديو طوال اليوم ، ويحضر الناس العرض في شوق واهتمام وكأنهم ذاهبون إلى السينما .

هل تعرف ما إذا كان هذا الأسلوب مستخدماً في الأغراض الصحية في مجتمعتك ؟ أو في مجتمعات أخرى ؟ هل تعتقد أن لهذا الأسلوب فائدة في التثقيف الصحي ؟ ماهي المشكلات التي تواجهها في هذا الأسلوب ؟

المنشورات

كثيراً ما يقال عن المثقفين الصحيين أنهم « يلقون الأحاديث ويوزعون الكتب » . ونحن نعلم أن هذا النقد مبالغ فيه . ولكن يجب أن نسلم بأنه في كثير من البرامج التثقيفية ، يركز الاعتماد أكثر مما ينبغي على توزيع مواد مكتوبة على شكل كتيبات أو كراسات أو نشرات بدون المساندة اللازمة على أمل أنها تقوم بالمهمة بمفردها .

إن المادة المكتوبة نادرا ما تؤدي بمفردها إلى السلوك الصحي حتى مع الجمهور ذي الثقافة الرفيعة. وهذا صحيح على الأخص إذا كانت المادة مليئة بالمصطلحات والعبارات التقنية التي لا يفهمها إلا المهنيون من العمال الصحيين ، أو إذا كانت الكتيبات قليلة الرسوم والصور التوضيحية ، وجملها طويلة ومعقدة ، ومطبوعة بحروف صغيرة . وللأسف ، إن هذا الوصف ينطبق على عدد كبير جدا من الكتيبات التي يوزعها المتقنون الصحيون على الجمهور .

ويجب بالطبع أن هذه المادة أقل نفعاً للقراء محدودي القدرة على القراءة . إن الاعتماد على الكتيبات أو الكراسيات لأداء مهمة التثقيف الصحي كلها أو حتى الجزء الأعظم منها مآله الفشل .

الغرض منها

على الرغم مما سبق ، فإن المواد المكتوبة يمكنها أن تفي بغرض مفيد في البرنامج التثقيفي . فيمكن للمواد المكتوبة أن تحقق مايلي :

- يمكنها تذكير الأفراد أو العائلات بالرسالة الصحية التي تعلموها بالفعل بطرق أخرى ، مثل أهمية حماية الأطفال من أمراض معدية .
- يمكنها التزويد بمعلومات إضافية عن مشكلة أو ممارسة صحيتين ، لمن يهتم اهتماما خاصا بهما .
- يمكنها بيان الخطوات الواجب اتباعها لتحقيق مرمى صحي معين مثل طريقة مزج الملح والسكر لتحضير مشروب تعويض السوائل الفموي .
- يمكنها مشاركة المعلومات مع أولئك الذين لم يتلقوها من طرق أخرى .

استخدام المواد المكتوبة في المجتمع

يحتمل أن لا يوجد لديك ، بوصفك عامل صحة المجتمع ، إمكانيات لإنتاج مادتك المكتوبة ، غير اللصقات البسيطة وصحف الحائط والنشرات وحيدة الورقة . وعلى ذلك فمهمتك هي أن تختار ، مما هو متاح ، أنسب المواد لاحتياجات مجتمعك ، وتقرر الطريقة التي تستخدمها بها بأقل فعالية .

ويتطلب الاختيار أولاً أن تعرف ماهو متاح . ويجب أن يكون المسؤول عن التثقيف الصحي على المستوى الإقليمي أو الوطني قادراً على أن يحيطك علماً بالمواد المكتوبة عن موضوع معين وربما يرسل لك عينات منها . وتشمل المصادر الممكنة الأخرى للكتيبات المفيدة الجمعيات الطوعية والمهنية والمصادر التجارية . ولقد أعدت المنظمات الدولية مثل منظمة الصحة العالمية وصندوق الأمم المتحدة لرعاية الطفولة كراسات للمجتمعات الخلية عن عدد من الموضوعات (انظر قائمة الإطلاع بالصفحتين ٢٢٩ - ٣٠٠) .

وحالما تعرف ماهو موجود من المواد المكتوبة وكيف يمكن الحصول عليه ، يلزمك أن تسأل نفسك عدة أسئلة قبل أن تقرر استخدام كتيب معين .

- هل هو مكتوب بلغة وأسلوب يستطيع الناس في مجتمعي فهمها ؟
- هل هو موضح بالصور كما ينبغي ؟ وهل تبدو الصور مألوقة لجمهوري ومناسبة له ؟ وهذه مشكلة خاصة في حالة الكراسات المنتجة على النطاق العالمي فقد تبين منازل وملابس إلخ تظهر غريبة عن مجتمعتك وغير مألوقة له ، وقد يتعارض هذا الاستغراب مع فائدة المنشور .
- هل يحتوي الكتيب على الرسالة التي أريد نقلها ؟ ولهذا السؤال أهمية خاصة في حالة الكراسات المنتجة تجارياً . فقد تكون جذابة ، وتقدم معلومات مفيدة ولكنها قد تحتوي أيضاً على إعلان خفي معارض لفرضك .
- بفرض أن متاح عدد قليل نسبياً من النسخ ، فكيف أستخدمها بأعلى فعالية ؟ وعموماً ، إن الكتيبات والكراسات تكون في أحسن حال عندما تكون مختصرة ومكتوبة بلغة بسيطة ، وملبية بالصور الجيدة ، وفوق كل ذلك ، عندما تستخدم لسانة برنامج تثقيفي لا أن تكون هي الأساس .

الوسائل الخلية أو التقليدية

في كثير من البلاد يمكن توصيل الرسائل الصحية بوسائل تقليدية كالغف والمنادين والأغاني والمثاليات ومسرح العرائس (الدمى) والرقص ، وتناقش هذه الوسائل فيما يلي :

الفن

إن أشكالاً مثل القلوب أو الحيوانات أو أوراق الشجر تحمل في طياتها معاني للناس . وتختلف المعاني من ثقافة إلى أخرى . فالبومة قد تعني الحكمة في ثقافة معينة أو الشر في ثقافة أخرى . وتستخدم حيوانات أخرى كرموز تمثل خصائص معينة مثل الأمانة ، أو المهارة ، أو الكسل ، أو الشجاعة .

وللألوان معان . فالرسم أو النسيج يختار الألوان لغرض معين . فبعض الألوان تحثير جالبة للخط . وبعضها الآخر يعتبر أنسب من غيره للأطفال وبعضها يناسب الكبار . ومعاني الألوان تتراوح بين الشجاعة والجبن وبين الطهارة والشر . وبعض الألوان تستخدم في مناسبات خاصة .

تحدث مع النساجين والرسمين والنحاتين وصانعي الأواني وغيرهم من الفنانين في مجتمعك المحلي . إكشف عن المعاني المتضمنة في بعض الأشكال ، والعلامات ، والحيوانات والنباتات والألوان . واستخدم هذه الرموز عند تصميم الملصقات أو الوسائل الأخرى التي تستخدم كمعينات بصرية مثل اللوحات القابلة flipcharts واللوحات الوبرية .

فإن كنت تصمم ملصقاً عن أخطار الشرب من مياه الترع غير النقية فابحث عن العلامات والألوان والحيوانات التي تنطوي على معنى الخطر ، واستخدمها في رسم الملصق . وإن أردت تصميم ملصق عن التطعيم ، فاستخدم الألوان والرموز التي تعني الحياة والصحة ، والسعادة ، والتماء . إن رسالتك التثقيفية سوف تزداد وضوحاً لو استخدمت فيها الأشكال والرموز الفنية الشعبية .

اشرك الفنانين المحليين من أهل قريتك في تصميم الأدوات التعليمية وصنعها . ولعل هؤلاء الفنانين يصطحبونك إلى المدرسة كي يتعلم التلاميذ الصحة والفن معاً في نفس الوقت . وتحت إشراف الفنانين المحليين ، يمكن للأطفال أن يصمموا مشروعات فنية ذات مغزى صحي .



يستخدم سادي القرية صوته وطبوله وأحياناً الأجراس لنشر المعلومات الهامة في جميع أنحاء المجتمع .
ويمكن لأصحاب الرأي في القرية أن يستخدموا منادي القرية للمساعدة على توصيل الأفكار
والإعلانات المتعلقة بالصحة .

هل يمكنك ذكر أسماء الفنانين في مجتمعتك المحلي ؟ ماهي أنواع الفنون الموجودة في هذا
المجتمع ؟ لقد ذكرنا بعض هذه الأنواع ويمكنك الرجوع إليها . ماذا عن الفنون التي يمكنك
أن تستمع إليها ؟ أن الشعر والموسيقى مثالان لهذه الفنون . هل يمكنك أن تذكر فناناً
آخرى ؟

هل لديك نماذج من الفنون الشعبية في بيتك ؟ هل تدرك معاني العلامات والأشياء
الوجودية في القطعة الفنية ؟ وكيف يمكنك أن تسجل هذه المعاني في برنامجك التعليمية ؟

مسادى القرية

قبل اختراع الراديو والصحافة كانت للناس أساليب خاصة لنشر المعلومات والأخبار .
وفي معظم المناطق الريفية لا توجد صحف ، كما أن الإذاعات غالباً لا تنتقل سوى الأخبار
الإقليمية أو الوطنية . وما زالت في معظم القرى أساليب أخرى لنشر الكلمة عن
الأحداث والأفكار الهامة . ومن هذه الأساليب نداعات منادي القرية .

الغرض منه

إذا أراد كبار البلدة أو القرية أو جهازها نقل خبر إلى مجتمعهم على وجه السرعة فهناك أناس متخصصون يمكنهم مساعدتهم على ذلك . ووظيفة هؤلاء الناس هي نشر المعلومات والأخبار . وإذا كان لديهم ما يريدون إعلانه للناس فقد يستخدمون أجراً أو طويلاً لجذب انتباه الناس . وقد تمثل دقائق الطبول وغيرها من الأصوات رموزاً خاصة يفهمها الناس .

المكان

إذا كانت القرية صغيرة ، فقد يذهب المنادي إلى مكان يتوسط القرية ، ويمشع في إعلان الرسالة الصادرة عن المسؤولين أو القادة . أما إذا كانت القرية كبيرة فإنه يطوف بين ربوعها . وفي المناطق الكبيرة قد يتعمد المنادون لضمان سرعة نشر الأخبار إلى كل أرجاء المجتمع . وكثيراً ما يكون للنداءات وقع شبيه بوقع الأغاني .

الطرائق

قد يستخدم منادو القرية أصواتهم أو شتى أنواع الآلات الموسيقية ، وربما يستخدمون الصوت والموسيقى معاً .

المسعى

قد تكون الرسالة التي ينقلها منادو القرية دعوة كل الناس إلى التجمع في بيت عمدة القرية أو في قاعة الاحتفالات وذلك لعقد اجتماع هام . وقد تكون الرسالة نبأ من قرية مجاورة . وقد تكون تحذيراً من خطر داهم مثل تفشي أحد الأمراض . وقد يعلن منادو القرية خبر مولد طفل أو وفاة شخص من أهل البلدة .

الفائدة التعليمية

إن كثيراً من الرسائل التي عادة ما ينقلها منادو القرية لها صلة بالصحة ، وذلك أسلوب جيد . ولكن ليس في إمكانك أن تطوف متغنياً بالرسالة بنفسك ، إذ أن الناس في القرية يعرفون من هو المنادي الحقيقي ، وربما لا يكتثرون بأي معلومة تأتيهم من

سواء . كما أنه ليس في وسعك أن تطلب من منادي القرية أن يبلغ الرسالة . فالمنادي عادة ما يعمل بأمر من عمدة القرية .

ومن ثم فإن عملية إشراك منادي القرية في تبليغ الرسالة تتم عن طريق قادة القرية الذين ينبغي أن تعمل معهم في اتصال وثيق . وإذا كنت تمد برنامجاً صحياً للمجتمع ، عندئذ يكون في إمكان هؤلاء القادة أن يطلبوا من منادي القرية أن يساعدك . وفيما يلي بعض أمثلة الرسائل التي يمكنك أن تنقلها :

- تذكر الأمهات بأن تُطعمن أطفالهن .
- رجاء الناس أن يشتركوا في حملة نظافة .
- دعوة الناس أن يعملوا في مشروع من مشروعات المجتمع ، كحفر بئر مثلاً .
- تحذير من الماء القذر أثناء تفشي الكوليرا (الميضة) .

الأغاني

يفني الناس ليعبروا عن الأفكار والمشاعر . فهناك أغاني عن الحب وعن الحزن . وقد تحكي الأغنية قصة شخصية مرموقة أو حادثة مشهورة . ومن الأغاني ماهو ديني ومنها ماهو وطني حماسي . وتُغنى الأغاني لحمل الأطفال على النوم ، أو للاحتفال بمناسبة خاصة . كما يمكن الاستعانة بالأغاني في تعليم الناس . وبعض الأغاني تُغنى بطريقة طبيعية تلقائية في بعض الثقافات ، وقد لا يكون الأمر كذلك في ثقافات أخرى .

المعرض منها

تستخدم الأغاني لتزويد الناس بأفكار عن الصحة ، فإن كان لحن الأغنية جذاباً فيسبب كرهها الناس ويذكرون معها المعلومات التي تتضمنها .

ويمكن استخدام الأغاني في بداية الحديث عن الصحة ، أو عند بدء الاجتماع أو البرنامج التثقيفي تبعاً لما هو مألوف في الثقافة المحلية لبعث الحماس وإثارة الاهتمام . كما أن الأغاني تجعل الاجتماع ينتهي وسط جو من السرور والمرح .

حجم الجماعة

الجماعة قد تكون كبيرة أو صغيرة . ويمكن إذاعة الأغاني أيضاً عبر أثير الإذاعة حتى تصل إلى مناطق أوسع وإلى جمهور أكبر .

التمثيلات

تصور التمثيلية الحياة والناس وتروي قصة تنطوي في العادة على صراعات وانفعالات . وبعد الحدث والحوار بطريقة تسمح بأدائها على المسرح مع بعض المؤثرات « المسرحية » .

الغرض منها

التمثيلية ، شأنها شأن القصة ، تجعلنا ننظر إلى سلوكنا ومواقفنا ومعتقداتنا وقيمنا ، في ضوء ما يمكن أن نأمله أو ما هو معروض أمامنا . والتمثيلية مشوقة ومسلية ، ذلك لأنك يمكن أن تراها وتسمعها . كما يمكن الاستفادة منها كمصدر لجمع المال اللازم لإقامة مشروعات الجهود الذاتية .

حجم الجماعة

تُقدّم التمثيلية عادة إلى جماعات كبيرة من الناس ويُقصّد منها أن تصل إلى المجتمعات بأكملها .

المحتوى

تركز التمثيلية على قصة . وقد تكون القصة واقعية أو شبيهة بالواقع . كما أن للقصة بداية ونهاية . والأفراد الذين يقومون بالتمثيل يعرفون القصة بأكملها ، لكن الجمهور لا يعرفها .

وتقوم التمثيلية على شخصيات هم الأشخاص الذين يؤديون الأدوار المختلفة في القصة . ويمكن أن يوجد أي عدد من الشخصيات .



هذه ثلاثة مشاهد تمثيلية أعدتها إحدى جماعات المجتمع . ويستطيع الناس تعلم الكثير عن الصحة من خلال مشاهدتهم للتمثيل . كما يمكن للناس أن يشتركوا في التمثيلية إما بالإعداد لها أو بالتمثيل فيها . وهذه التمثيلية تدور حول رجل يسيء استعمال النواء . وفي كل مشهد من هذه المشاهد نحاول كل من أسرته وأصدقائه الوصول إلى طريقة لحل مشكلته .

وللتمثيلية مشاهد ، فلو أنها مُنَّلت كما تجري الأحداث في الحياة الواقعية لاستمرت عدة أيام . ولكنها تستغرق عادة ساعتين أو أقل من ذلك ومن ثم فهي تُقسَّم إلى مشاهد أو أحداث قصيرة هامة .

ويمكن أن يكون للتمثيلية رسالة . فقد يكون لها نهاية محددة عندما تُحل جميع مشكلاتها على نحو حسن أو سيء . وعندئذ تكون رسالة التمثيلية أو العبرة المستخلصة منها واضحة . ولكن النهاية في بعض التمثيليات تكون غير محددة . فتتوقف أحداثها قبل أن تُحل المشكلة . وهذا يجعل الجمهور على إعمال الفكر . ويجعلهم يتساءلون عما قد يحدث في النهاية ويأخذ بهم الفضول وحب الاستطلاع عن الشخصيات كل ماخذ . وبعد نهاية مثل هذا النوع من التمثيليات يحلو للناس مناقشة القصة والتحدث عنها .

وحيث إن رسالة هذه التمثيلية غير واضحة فإن الناس يتساءلون فيما بينهم ، « ما الذي كنت سأفعله بعد ذلك لو أنني كنت هذه الشخصية ؟ » وهذا يساعد الناس على ممارسة مهارات إتخاذ القرارات .

أنواع التمثيلات

التمثيلية الشعبية

في كثير من الثقافات توجد تمثيلات شعبية تُمثل أثناء المهرجانات وفي مناسبات خاصة من العام . وعادة ما تتركز هذه التمثيلات على حياة وأعمال الأسلاف ، والجان وعظماء التاريخ . وللتمثيلات الشعبية مغزى أو رسالة موجهة إلى المجتمع . وربما توجد سبل لربط هذه الرسالة بالصحة . وتتصل هذه التمثيلات اتصالاً وثيقاً بقم المجتمع ومعتقداته ، مما يجعل الناس يشعرون بصلة وثيقة بثقافتهم ومجتمعهم حين يشاهدونها وينجم عن هذا الشعور نوع من التداعم الاجتماعي . ويمكن أداء التمثيلات الشعبية ذات المغزى الصحي كجزء من برامج التثقيف الصحي للمجتمع . ولعل في إمكانك أن تكتب تمثيلات خاصة بك على نهج التمثيلات الشعبية .

التمثيلات الحديثة

يمكنك أن تكتب تمثيلات عن الناس في الوقت الحاضر . تُخذ إحدى قصصك الخاصة بالتثقيف الصحي وحولها إلى تمثيلية . ويمكنك أن تكتب عبارات وأفعال كل شخصية من الشخصيات . ولكي تثير مريداً من الاهتمام والمشاركة . يمكنك أن تجمع مجموعة صغيرة من الناس الراغبين في التمثيل وتطلعهم على القصة ، وتجعلهم يختارون الشخصيات التي يحبون أن ينقصوها ، وأطلب من أفراد الجماعة أن يؤلفوا بأنفسهم عبارات وأحداث التمثيلية استناداً إلى قصتك .

الأدوات المطلوبة

الزياب أو الملابس

ما الذي سيرتديه الممثلون ؟ يجب أن يرتدي الممثلون الملابس الطبيعية المألوفة للشخصيات التي يؤدونها . فالمرارعون ورجال الأعمال والمدرسون ورجال الدين

يرتدون أنواعاً مختلفة من الملابس . ويمكنك أن تصنع ملابس خاصة ليرتديها الممثلون ، لكن قبل ذلك عليك أن تبحث عما إذا كان لديهم بالفعل ملابس مناسبة أو إذا كان في إمكانهم استعارتها .

المناسطر

أين تجري أحداث القصة : أفي مزرعة ، أم في بلدة ، أم في داخل بيت ؟ عليك أن تعرف الجمهور بمكان الأحداث . ويمكنك أن تستعير الأثاث اللازم أو أن ترمس لوحات كبيرة على ورق أو خشب تصور مكان الأحداث . ولاتنفق الأموال الطائلة على صنع المناظر . بل إنه في إمكانك أن تكفي بإخبار الناس عن مكان حدوث القصة . وتطلب منهم أن « يتصوروا » منظر مكان الأحداث في غيبتهم .

أدوات المسرح

ماهي الأعمال المختلفة التي تؤديها مختلف الشخصيات : هل هي الطبخ ، أم الحياكة ، أم النجارة ، أم الفلاحة ؟ اجمع أو استعير الأدوات التي تحتاجها الشخصيات لاستعملها في التمثيلية حتى يدوا واقعين أثناء تمثيلهم . فقد يحتاج القائم بدور المزارع مثلاً إلى معزقة أو إلى مدية . وقد تحتاج زوجته إلى أوان للطهو .

الممثلون

إبحث بين أفراد المجتمع عن الناس المهتمين بالتمثيل ، والذين لا يرهبون أداء الأدوار أمام الجمهور ، والذين ينطقون الألفاظ بوضوح . ويمكن إشراك تلاميذ المدارس بنجاح في التمثيلية باعتبارها جزءاً من أعمال الصحة المدرسية .

الدعاية

يمكنك أن تستعين بالملصقات أو بمنادي القرية لتعرف الناس بموعد التمثيلية ومكانها ومغزها . وحذا لو وضعت للتمثيلية عنواناً جذاباً . بذلك يتمكن الناس من معرفة موضوع التمثيلية . فإن كان العنوان جذاباً ، أثار فضول الناس وحملهم على مشاهدتها .

تنظيم العرض

يجب أن يتمرّن الممثلون على التمثيل حتى يعرف كل شخص دوره . ويمكنك أن تطلب من بعض الأصدقاء أن يشاهدوا التمرين ، ويدوّنوا تعليقاتهم عليه . وهذا أسلوب من أساليب الاختبار المبدئي .

وتأكد من أن كل الأدوات اللازمة قد توافرت لك مقدماً . اختر مكاناً لعرض التمثيلية . وإن كانت التمثيلية تستغرق أكثر من ثلاثين دقيقة فسوف يحتاج الجمهور إلى الجلوس . ويمكن عرض التمثيلية إما في داخل أحد المباني أو خارجه . وهذا يتوقف على حالة الطقس . ويمكنك أن تستخدم قاعة احتفالات البلدة ، أو المدرسة ، أو غيرها من أماكن الاجتماعات العامة . ويمكن للجمهور أن يجلس على سفح تل في التمثيليات التي تقدم في العراء . وفي الواقع ، إنه في مقدورك أن تقدم التمثيليات في أي مكان ، إذ يمكن عرض التمثيليات القصيرة في الأسواق أو في ساحة البلدة . فالتناس يتجمعون عندما يحدث شيء مثير ملفت للانتباه .

وتأكد من أن كل شخص يمكنه رؤية التمثيلية وسماعها . وربما يقتضي منك الأمر إعادة عرضها عدة مرات إن كانت قريبتك كبيرة ، فالإعادة تتيح لكل شخص الفرصة لمشاهدة التمثيل .

المشاركة والعلم

تعيء التمثيلية فرصة سانحة أمام الناس للمشاركة ، فكما رأينا ، يمكن لبعض الناس أن يقوموا بالتمثيل ، ويمكن لبعضهم أن يصنع الملابس والمناظر أو يعبرها ، ويمكن للبعض الآخر أن يصمم المصققات أو الإعلانات . فهناك ، إذن ، كثير من الأعمال المتباينة التي يمكن أن تدخل في تكوين فريق ناجح .

إن الممثلين وكل من اشتركوا في الإعداد سوف يتعلمون من التمثيلية بفضل مشاركتهم المباشرة فيها . فضلاً عن تعلّم الرسالة الصحية ، فإنهم سوف يتعلمون عدداً من المهارات أيضاً ، مثل مهارات التخطيط والتواصل .

وسوف يستمتع الجمهور بمشاهدة التمثيلية ، ولكن عليك أن تتيقن من إنه يتعلم أيضاً ، ولذلك ، فبعد نهاية التمثيل ، اطلب من الممثلين أن يجرّوا مناقشة مع الجمهور . ويمكن تبادل الأمثلة مرات ومرات حتى تساعد الناس على التعلم .

مسرح الدمى (مسرح العرائس)

إن عروض مسرح الدمى شبيهة إلى حد كبير بالتمثيلات . والفرق الرئيسي بينهما هو أن الدمى هي التي تقوم بالتمثيل . ومع ذلك ، فوجود الناس ضروري فهم الذين يجعلون الدمى (العرائس) تتحرك وتتكلم .

العرض منه

مسرح الدمى ، مثله مثل القصص والتمثيلات ، يعرض أمثلة لأساليب تصرف الناس في الحياة الواقعية ، ويحملنا على التفكير في ما هو مفيد وما هو ضار بالصحة .

استخدامات الدمى

تُصنع الدمى لتبدو على شكل أناس أو حيوانات صغيرة الحجم ، مع ذلك فالدمى تتصرف وكأنها أناس حقيقيون وتشارك في سلسلة من الأحداث تتمحور عن صراعات ومشاكل . وحيث إنه يمكنك صنع الدمى على شكل حيوانات ، فإنك تستطيع أن تستخدمها في تمثيل الأساطير . بل إنك تستطيع أن تستخدم الدمى في تقديم حديث عن الصحة .

حجم الجماعه

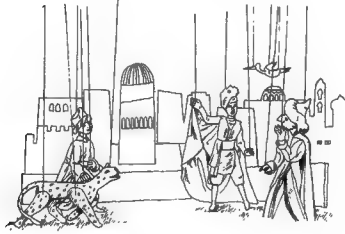
حيث إن الدمى صغيرة الحجم عادة ، فيُفضل أن تقدم إلى جماعات صغيرة تبلغ حوالي عشرين شخصاً . وبذلك يتمكن كل شخص من الاقتراب من العرض ورؤية ما يحدث . وبالطبع يمكنك أن تصنع الدمى إما كبيرة في حجم الأطفال وإما صغيرة في حجم الفئران . والأطفال عادة يحبون الدمى ، والآباء أيضاً يحبونها ويتمتعون بمشاهدتها معهم . وهناك أنواع كثيرة من الدمى وإليك ثلاثة أنواع شائعة منها :

الدمى اليدوية

تصنع هذه الدمى من قماش . وعليك أن تضع يديك في داخل الدمية لتحرك يديها وفمها . يمكنك أن تختزن الدمى على حجرك أو أن تجلس خلف منضدة تستخدمها كمسرح تقف عليه الدمى ، أو يمكنك صنع مسرح باستخدام صندوق ، وقطع من القماش لصنع الستائر .



من السهل على الأطفال صنع الدمى اليدوية واستعمالها . ويمكن تشجيع الأطفال على تأليف قصص عن الصحة ثم تمثيلها مستخدمين الدمى .



هذه دُمى تتحرك بالخيوط . يقف شخصان أو ثلاثة في مكان عال ويجلبون الخيوط فيحركون الدمى . ومسرح العرائس مثله مثل التمثيليات يحتاج إلى ملابس ومناظر لإقامة العرض .

الدمى الخيطية

هذا النوع من الدمى خيوط مربوطة بذراعيها ورجليها ورأسها وقمها . تنقف أنت في مكان يعلو الدمى وتحركها . ويمكن صنع الدمى الخيطية من الخشب والقماش والورق المقوى وغير ذلك من المواد المألوفة . ويمكنك أن تستعين بالفنانين الخيطيين مثل نحّاتي الخشب في صنعها .

دمى الظل

هي قطع مسطحة من الورق ، أو الخشب أو المعدن ، تُصنع على شكل حيوانات أو بشر . وتُدهن هذه الدمى وتُزين بوجوه وملابس . وتُلصق بذراعيها ورجليها عُصيّ لتتمكنها من الحركة .

وعند تسليط الضوء على هذه الدمى تسقط ظلالها ، فتبدو كبيرة على حائط أو شاشة من خلفها . وتستخدم هذه الدمى إما في الليل وإما في غرفة مظلمة .

وهناك فكرة أخرى مشابهة ، وهي أن توضع الدمى خلف ملءة بيضاء أو ستار خفيف . ويسلط الضوء عليها من الخلف ليظهر ظلها على الملءة أو الستار . ولا يرى الجمهور هنا إلا الظلال ، لذلك لا داعي لدهان الدمى بالألوان .

الإعداد لعرض الدمى

تنطبق نفس خطوات الإعداد للتمثيلية على الإعداد لعرض الدمى . وهذه الخطوات هي : اختيار القصة والعبارات والأفعال ، ورسم المناظر وتلوينها إذا لزم الأمر حتى لو كان العرض قصيراً ، واختيار المكان المناسب للعرض وتشجيع الناس على المشاركة والمناقشة . ولا بد من القيام بكل هذه الخطوات بدقة وعناية .

الرقص

يمكن للناس أن يتناقلوا الأفكار فيما بينهم عن طريق حركاتهم البدنية . ويحدث ذلك عندما تلوح بيدك أو تغمز بعينك . ففي بعض الثقافات تستخدم الرقصات الشعبية لتحكي قصة من القصص .

وبعض الرقصات لا يروي قصة محددة وإنما يعبر عن أحداث أو مناسبات معينة ، كأن تكون هناك رقصات خاصة بمناسبة ميلاد الأطفال أو الجنازات . وقد تكون هناك رقصات خاصة بموسم بدء الزراعة لتعبر عن الرجاء في أن تصبح الأرض مغضرة والمحاصيل أكثر إنتاجية . وربما تؤدي الرقصات عند الحصاد لتقديم الحمد والشكر ، فمثل هذه الرقصات توصل معاني وأفكاراً معينة .

الغرض منه

جمع الناس في جو من الألفة والسعادة ، وإشاعة الإحساس بالتآزر ، فضلاً عما توصله الرقصات من معانٍ .

حجم الجماعة

إذا كان الرقص هو إحدى وسائل التعبير في البيئة الثقافية التي تعمل فيها فاستخدمه بالإضافة إلى التمثيليات أثناء لقاء حديث صحي أو في اجتماع بالنادي لتوصيل الأفكار المناسبة ومشاعر التأييد .



الرقص والموسيقى أسلوبان تقليديان لتوصيل الأفكار فحركات الأيدي والجسم تنقل الرسالة إلى المشاهدين . ويمكن استخدام الطرق التقليدية لنقل الرسالة الصحية .

الملخص

تستلزم روح الرعاية الصحية الأولية وأسس التثقيف الصحي اعتماد المجتمع على نفسه في التنمية الصحية . وبناء على ذلك يجب أن تعد برامج التثقيف الصحي بالاشتراك مع المجتمع اشتراكا فعالا . فهذا يضمن أن تعكس البرامج الواقع المحلي وتفي بالاحتياجات المحلية وتستخدم الموارد المحلية . ولما كان من غير المفيد وضع دليل للتثقيف الصحي يروج صياغة برامج نمطية ، فإن هذا الدليل الذي بين أيدينا ، يزود القراء بالمعرفة والمهارات التي تساعد على وضع البرامج الوثيقة الصلة بالوضع المحلي . وبعد أن تتم للقراء دراسة الدليل يجب أن يكونوا قد اكتسبوا (١) فهما للجانب الإنساني والاجتماعي للصحة والمرض ، (٢) تقديرا لقيمة إشراك الأفراد والمجتمعات في التخطيط لأنفسهم ، (٣) المهارات التي تسهل هذه المشاركة .

وعند هذه النقطة ينبغي للقراء أن يكونوا قادرين على ذكر أمثلة محددة للطرق التي يؤثر بها سلوك الناس في صحتهم وفي حالة مجتمعاتهم الصحية . ويجب أن يكون في مقدورهم أيضا اكتشاف أسباب هذه السلوكيات حتى يمكنهم تصميم وتطبيق أنسب طرائق واستراتيجيات التثقيف الصحي .

ولقد أكدت أهمية خطوات التخطيط مثل تشخيص مشاكل المجتمع ، ووضع الأهداف ، وتعبئة الموارد ، وطرق الاختيار ، ووضع البرنامج الزمني للأنشطة ، ورصد التقدم ، والتقييم . وتشر هذه الإجراءات أعظم برامج التثقيف الصحي فعالية عندما يشارك أفراد المجتمع تماما في كل خطوة طوال الطريق . وهذا يساعد المجتمع على تعلم المهارات الأساسية لحل المشاكل التي يمكنه استخدامها لمساعدة نفسه مستقبلا .

ولقد بين هذا الدليل أنه يمكن ممارسة التثقيف الصحي على مستويات كثيرة وفي بيئات كثيرة . فالتثقيف الصحي وثيق الصلة ببرامج النهوض بالصحة والوقاية والإكتشاف والمعالجة والتأهيل . ويمكن ممارسته مع الأفراد والعائلات والجماعات والمجتمعات وقد يحتاج العمال الصحيون أنفسهم أيضا إلى التثقيف لتحسين الطرق التي يتبعونها في خدمة الجمهور .

ويجب ألا يقتصر الثقيف الصحي على بيئة معينة . فيجب تركيز الاهتمام على المدارس والتنظيمات الإجتماعية والعيادات ومواقع العمل والمجتمع كله . فالناس في كل بيئة من هذه البيئات لهم احتياجاتهم الخاصة التي يستطيع الثقيف الصحي مواجهتها .

وغة مسألة هامة أخرى أثرت في هذا الدليل ، هي أن الثقيف الصحي يتكون من مجموعة عريضة التنوع من الاستراتيجيات والطرائق . وسبب ذلك أن المشاكل الصحية متعددة الأسباب الممكنة . فاستراتيجيات التوعية العامة تساعد على زيادة المعرفة الصحية . وتنظيم المجتمع يساعد الناس على اكتساب الإمكانات الصحية الأساسية . واستراتيجيات المساندة الإجتماعية تؤدي إلى حث العائلة والأصدقاء على تعزيز العمل الصحي . ويستحسن في العادة اعتماد تشكيلة من الاستراتيجيات . وعلى الرغم من أن اختيار الاستراتيجيات قد يختلف من مشكلة إلى أخرى ومن مجتمع إلى آخر ، فلأنها جميعا تسعى إلى غاية أساسية وهي أن الثقيف الصحي يجب أن يحسن قدرة الناس على إتخاذ القرارات والإجراءات اللازمة لحل مشاكلهم .

وختاما ، يجب التأكيد مرة أخرى بأنه يجب على القراء أن يتمتعوا بالحرية الكاملة في مواءمة هذا الدليل ليناسب احتياجات بلادهم . ولقد ترجمت المسودة المبدئية ، فعلا ، إلى لغات أخرى في بعض البلدان التي اختبرت فيها . ولسوف يكون هذا الدليل مفيدا في برامج التدريب ، وكدليل للممارسين . وعلى ذلك فيجب تعديل الأمثلة والقصص والصور واختيار الأنفاظ لتتوافق مع البيئة الإجتماعية والثقافية والتنظيمية . وإذا استطاع هذا الدليل حث القراء على وضع برامجهم الخاصة الفريدة للثقيف الصحيح فإنه يكون قد حقق الغرض منه .

Alma-Ata 1978 *primary health care*. Geneva, World Health Organization, 1978 ("Health for All" Series, No 1).

Community involvement in primary health care. Report of a workshop held in Kintampo, Ghana, 3-14 July 1978. Geneva, World Health Organization, 1979.

Global strategy for health for all by the year 2000. Geneva, World Health Organization, 1981 ("Health for All" Series, No 3).

Health programme evaluation guiding principles. Geneva, World Health Organization, 1981 ("Health for All" Series, No 6).

ORUSU-AMAAH, V. *National experience in the use of community health workers a review of current issues and problems*. Geneva, World Health Organization, 1983 (WHO Offset Publication, No 71).

MCMANON, R. ET AL. *On being in charge. a guide for middle-level management in primary health care*. Geneva, World Health Organization, 1980.

The community health worker. Geneva, World Health Organization, 1987.

UNDP/WORLD BANK. *Methods for gathering socio-cultural data for water supply and sanitation projects*: TAG Technical Note No 1, Washington, The World Bank, 1983.

UNICEF/WHO *Joint study on water supply and sanitation component of primary health care*, Geneva, 1979 (document JC22/UNICEF/WHO/79.3).

UNICEF/WHO *Primary health care: the community health worker*. Report on a UNICEF/WHO Inter-regional Study and Workshop (Kingston, Jamaica) 1979/1980 (document PHC/80.2).

UNICEF/WHO JOINT COMMITTEE ON HEALTH POLICY *Community involvement in primary health care a study of the process of community motivation and continued participation* Report for the UNICEF/WHO Joint Committee on Health Policy, Geneva, 1977 (document JC21/UNICEF-WHO/77.2).

WERNER, D. & BOWER, B. *Helping health workers learn*. Palo Alto, California, The Hesperian Foundation, 1982.

WHO Eastern Mediterranean Regional Office. *Health education with special reference to the primary health care approach*. *International journal of health education*, 1978, 21(2) supplement.

WHO/TDR. *Community participation in tropical disease control. social and economic research issues*. Geneva, World Health Organization, 1983 (document TDR/SER-SWG(4)/CP/83.3).

WHO Technical Report Series, No. 89, 1954 (*Health education of the public: first report of the Expert Committee*).

WHO Technical Report Series, No. 633, 1979 (*Training and utilization of auxiliary personnel for rural health teams in developing countries*)

WHO Technical Report Series, No. 690, 1983 (*New approaches to health education in primary health care: report of an Expert Committee*).

WHYTE, A. *Guidelines for planning community participation in water and sanitation projects*. Geneva, World Health Organization, 1986 (WHO Offset Publication, No. 96).



سوف. يساعد هذا الدليل عمال صحة المجتمع على تقديم التثقيف الصحي المناسب الذي تستخدم فيه الموارد المحلية ، ويشارك فيه الأهالي المحليون . وهو يعالج العلاقة بين السلوك والصحة ودور التثقيف الصحي في مساعدة الناس على اختيار أساليب الحياة الصحية .

وهو يتناول بالمناقشة سبل العمل مع الناس لإنعاش علاقات طيبة ، وتعزيز التواصل الواضح ، والحث على المشاركة ، واجتذاب التحيز . كما أن مبادئ التخطيط للتثقيف النفسي في مجال الرعاية الصحية الأولية مقدمة بإيجاز في هذا الدليل .

ويصف الدليل طرائق التثقيف الصحي المناسبة للعمل مع الأفراد والجماعات والمجتمعات الكاملة ، ويعطي إرشادا تمهيديا لاستخدام هذه الطرائق وكيف تواءم لتناسب الاحتياجات المحلية .

ويعالج النصائح الأهم « توصيل الرسالة الصحية » التواصل الفعال والطرائق الفعالة لاستخدام وسائل الإعلام .

